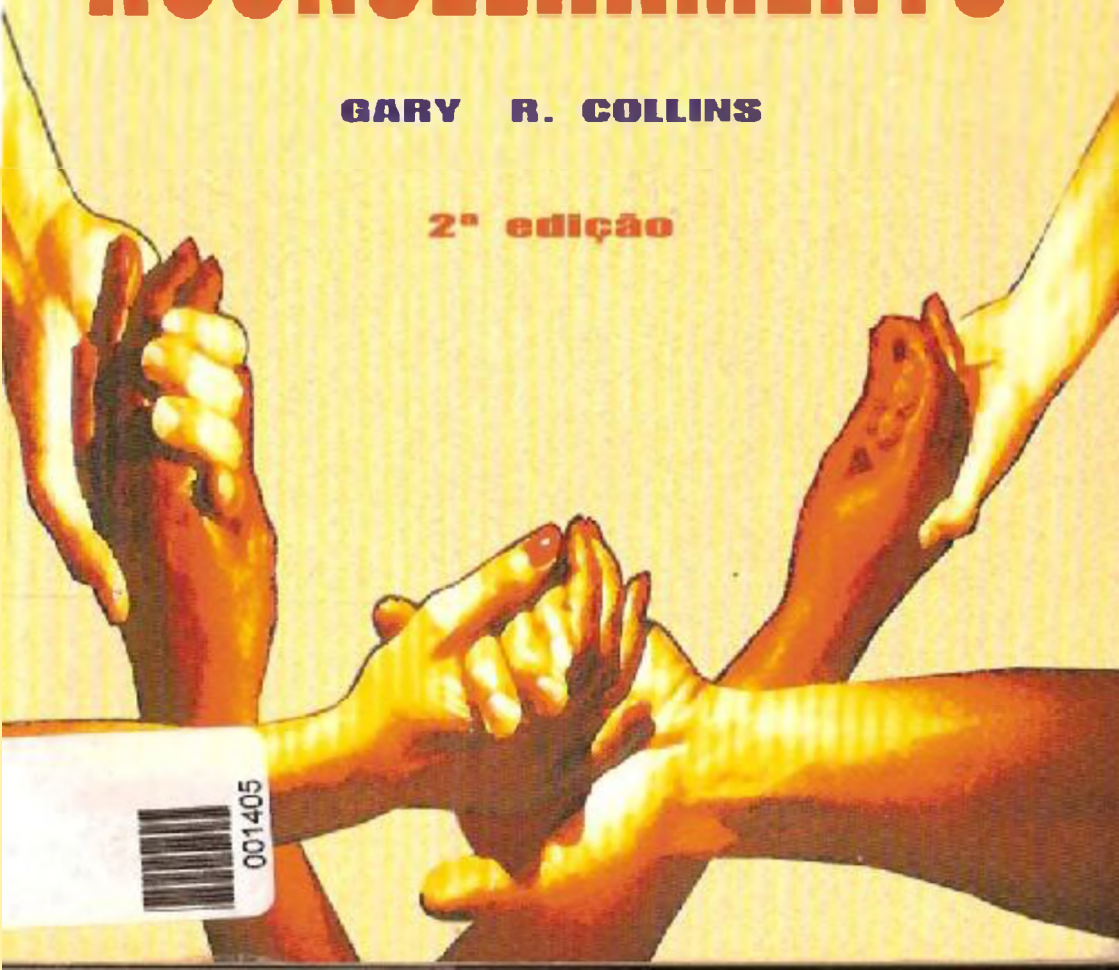


Ajudando uns aos outros pelo **ACONSELHAMENTO**

GARY R. COLLINS

2ª edição



001405

Ajudando uns aos outros pelo Aconselhamento

Gary R. Collins

Título do original: How To Be a People Helper
SOCIEDADE RELIGIOSA EDIÇÕES VIDA NOVA
ISBN 85-275-0062-0

A PAUL TOURNIER

meu amigo e preceptor, que me mostrou como realmente ajudar as pessoas.

Não deixe de usar as aptidões que Deus lhe deu...

Mantenha-se vigilante em tudo quanto faz e pensa.

Permaneça fiel ao que é direito e Deus o abençoará e usará para ajudar aos outros.

1 Timóteo 4:14, 16, *A Bíblia Viva*

Reconhecimentos

O autor reconhece com gratidão a cooperação das seguintes casas publicadoras, que deram permissão para citar das obras abaixo alistadas:

Abingdon Press — Pelas seleções de Howard J. Clinebell, Jr., *Basic Types of Pastoral Counseling*, copyright 1966, e *Mental Health Through Christian Community*, copyright 1965.

Charles C. Thomas — Pelas seleções de D. Lester e G. W. Brockopp, *Crisis Intervention and Counseling by Telephone*, copyright 1973.

Christianity Today — pelas seleções de J. W. Drane, "Fellowship: Our Humpty-Dumpty Approach", copyright 1975.

Prentice-Hall — pelas seleções de Albert Ellis e Robert A. Harper, *A Guide to Rational Living*, copyright 1961.

Comissão de Negócios Públicos — pelas seleções de C. J. Frederick e C.J. e L. Lague, *Dealing with the Crisis of Suicide*, copyright 1972.

Regal Bookes — pelas seleções de Ray C. Stedman, *Body Life*, copyright 1972.

Tyndale House — pelas seleções de Paul Morris, *Love Therapy*, copyright 1974.

Van Nostrand Reinhold - pelas seleções de S. Jourard, *The Transparent Self* (ed.rev.), copyright 1971 (por Litton Educational Publishing, Inc.).

Victor Books — pelas seleções de W. A. Henrichsen, *Disciples Are Made — Not Born*, copyright 1974.

Word Books — pelas seleções de Keith Miller, *The Taste of New Wine*, copyright 1965.

Zondervan Publishing House — pelas seleções de J. Dwight Pentecost, *Design for Discipleship*, copyright 1971.

CONTEÚDO

Prefácio	5
----------------	---

Parte Um

A PRÁTICA DE AJUDAR AS PESSOAS.....9

1. Ajudando as pessoas e a grande comissão	9
2. Os aspectos básicos de ajudar as pessoas.....	22
3. As técnicas de ajudar as pessoas	33
4. Ajudando de amigo para amigo	50
5. Ajudando numa crise.....	64
6. Ajudando pelo telefone.....	76
7. O suicídio e a ajuda por encaminhamento	92
8. Ajuda preventiva.....	108
9. O corpo como comunidade de ajuda	122
10. Como ajudar a você mesmo	136

Parte Dois

A TRADIÇÃO DA AJUDA ÀS PESSOAS 150

11. O aconselhamento no passado e no presente	150
Notas	165

PREFÁCIO

Ajudar as pessoas com seus problemas é dever de todos. Os psicólogos, os psiquiatras, os trabalhadores sociais, e outros profissionais têm perícia especial nesta área, mas, de um modo ou de outro, todos nós estamos envolvidos no aconselhamento, talvez quase todos os dias. Guiar nossos filhos através de uma crise, aconselhar uma vizinha enlutada na sua grande angústia, advertir um adolescente acerca do seu comportamento no namoro, escutar um parente descrever os problemas com um filho desobediente ou retardado, encorajar a família de um alcoólatra, ajudar o companheiro a enfrentar uma situação difícil no trabalho, orientar um jovem cristão no decurso de um período de dúvida — todas estas situações são de aconselhamento, quer o reconheçamos, quer não. E a maioria destas situações são tratadas com eficácia por leigos, quer sintam-se qualificados, quer não. Ainda que houvesse um número suficiente de conselheiros profissionais e pastorais para dar conta das necessidades de todas as pessoas, algumas pessoas continuariam a preferir debater os seus problemas com um vizinho ou amigo. Os amigos estão por perto, não cobram e, em muitos casos, é muito mais fácil conversar com eles do que com um estranho que se define com o título impressionante de "conselheiro". Os não-profissionais que ajudam as pessoas talvez tenham pouco treinamento, ou mesmo nenhum, mas apesar disto estão fazendo um impacto relevante, e estão na linha de frente do movimento da saúde mental.

Até ao tempo presente, pouca coisa tem sido escrita para ajudar o conselheiro leigo cristão (ou *paraprofissional*, segundo o termo que geralmente descreve estas pessoas na literatura psicológica). Quase nada existe publicado em livros para demonstrar que o aconselhamento pode e deve ser uma parte vital da obra da igreja em alcançar os outros. Há vários anos chegamos ao reconhecimento de que a evangelização não era uma responsabilidade reservada somente para os pastores e para Billy Graham. Começaram a ser escritos livros que demonstravam que evangelização era a tarefa de leigos treinados pelos líderes das igrejas. Agora, veio a hora de fazermos a mesma mudança na área do aconselhamento. O leigo, especialmente o leigo cristão, deve assumir maiores responsabilidades em vir de encontro às

necessidades daqueles que precisam de consolo, de amizade, ou de conselhos. Ajudar as pessoas não é alguma coisa que podemos deixar exclusivamente aos profissionais ou aos pastores sobrecarregados.

O tema deste livro é que o aconselhamento cristão deve fundamentar-se sobre a Bíblia como sendo a Palavra de Deus, e deve estar em conformidade com a Grande Comissão, na qual Jesus ordenou a Seus seguidores que fizessem discípulos de todas as nações. Este conceito de discipulado é tão relevante para o ato de ajudar as pessoas, que começamos este livro com uma discussão do tópico importante do discipulado. Não se conclui disto que as técnicas da psicologia, da psiquiatria, ou das outras profissões de ajuda serão desconsideradas por aqueles que ajudam com competência as pessoas. Nem se supõe que podemos aprender a ajudar pessoas mediante a mera leitura de um livro, que todos nós seremos igualmente eficazes, nem que cada um aconselhará exatamente do mesmo modo. Todos somos personalidades diferentes com dons, maneiras e modos de abordar as pessoas, exclusivamente nossos. Esta individualidade não precisa ser abafada: deve ser canalizada de tal maneira que cada um de nós seja mais eficaz como ajudador, e mais sensível à orientação do Espírito na medida em que procuramos prestar assistência aos outros.

Nas páginas que seguem, examinaremos o aconselhamento do passado e do presente, inclusive o aconselhamento por profissionais e pastores, e não somente o aconselhamento por leigos. Este será o tema principal da Parte 2 deste livro. O propósito principal deste volume como um todo, porém, não é oferecer um panorama de um campo que sempre está mudando, nem acrescentar "mais um" ao número sempre maior de livros sobre o aconselhamento. Pelo contrário, o nosso alvo principal, conforme é apresentado na Parte I, é oferecer orientação prática para assistir os cristãos na ajuda eficaz de parentes, amigos, irmãos da igreja e outros, com seus problemas. Não há tentativa alguma de lançar descrédito sobre as profissões de aconselhamento ou de sugerir que são desnecessários os conselheiros altamente treinados. Eu me conto entre aqueles que são chamados conselheiros profissionais e tenho muito respeito pela obra dos meus colegas. Reconheço também, porém (como acontece com alguns dos meus colegas), que muitas pessoas estão

oferecendo aconselhamento eficaz, freqüentemente com pouco ou nenhum treinamento. Este livro foi escrito para ajudá-las — para ajudar a você — a realizar esta tarefa com maior perícia e eficiência.

Assim como acontece com qualquer capacidade, a ajuda às pessoas vai melhorando com a prática. Há razões éticas que devem nos impedir de praticar perícias de aconselhamento recém-adquiridas em pessoas com problemas reais. Sugere-se, portanto, que os principiantes aprendam em grupos — encorajando uns aos outros e praticando entre si as suas perícias emergentes. Um manual de crescimento para facilitar esta aprendizagem foi preparado para acompanhar este livro, e já foi testado no âmbito das igrejas e da educação.

Há vários anos, um levantamento patrocinado pelo Governo (dos EEUU) descobriu que, quando as pessoas tinham problemas particulares, somente 28 por cento delas iam a conselheiros profissionais ou clínicas. Aproximadamente 29 por cento consultavam seu médico de família, e 42 por cento procuravam ajuda com os ministros. Não é de se admirar que os médicos estão sobrecarregados, e que os pastores são inundados com cargas de casos impossíveis — a tal ponto que milhares de pessoas necessitadas estão fazendo aquilo que têm feito durante séculos — voltam-se para seus amigos em busca de conselho e encorajamento em tempos de necessidade. O estudo do governo chegou à conclusão de que "um grande número de pessoas sem treinamento ou parcialmente treinadas nos princípios e práticas da saúde mental— clérigos, médicos de família, professores... e outros (inclusive leigos) —já estão procurando ajudar e tratar os doentes mentais na ausência de recursos profissionais... Com uma quantidade moderada de treinamento através de cursos breves e consultas durante o trabalho, tais pessoas podem ser equipadas com habilidades adicionais como conselheiros na saúde mental." A educação teológica e outros programas de treinamento de liderança já estão assumindo a responsabilidade pelo treinamento de conselheiros pastorais. Agora veio a hora de ajudar o leigo a fazer um trabalho melhor. Esta é a responsabilidade das profissões de aconselhamento e o propósito deste livro.

Muitas pessoas, inclusive a minha esposa, Julie, fizeram um impacto relevante no desenvolvimento deste livro, e estou muito grato a elas pela sua ajuda. Larry Tornquist, Janet Poore e

Georgette Sattler trabalharam comigo no preparo final do manuscrito, e vários alunos meus ajudaram nos testes do livro de crescimento. Parte da matéria do Capítulo II apareceu originalmente em *Christianity Today*, e a maioria dos capítulos remanescentes foram originalmente apresentados em preleções, seminários e sessões de treinamento, na Trinity Evangelical Divinity School, e no Seminário Batista Conservador.

As pessoas que tiveram interação com a matéria deste livro foram ajudadoras para mim. É meu desejo sincero que as páginas que se seguem lhe sejam úteis para capacitá-lo a ajudar melhor as pessoas.

Gary R. Collins

Parte Um

A PRÁTICA DE AJUDAR AS PESSOAS

1. AJUDANDO AS PESSOAS E A GRANDE COMISSÃO

Pouco tempo antes de deixar esta terra e de voltar ao céu, Jesus deu Sua comissão famosa ao pequeno grupo de seguidores que se reuniram com Ele no monte na Galiléia: "Ide, portanto, fazei discípulos de todas as nações", disse Ele, "batizando-os em nome do Pai e do Filho e do Espírito Santo; ensinando-os a guardar todas as coisas que vos tenho ordenado..." Jesus deu aos discípulos a certeza do Seu poder e da Sua presença "até à consumação do século" (Mt 28:18-20), e depois partiu do meio deles.

Estes homens e mulheres aos quais Jesus falou já eram discípulos. Já tinham resolvido seguir a Jesus e dedicar as suas vidas totalmente a Ele. Devem ter entendido, pelo menos parcialmente, que foi por causa do amor divino que Cristo viera ao mundo para morrer no lugar dos homens pecaminosos. Decerto, já haviam reconhecido e confessado o seu pecado e se submetido completamente ao Senhor ressurreto. Foi a este grupo que Jesus deu uma responsabilidade dupla. O discipular consistiria em *testemunhar* tendo como alvo a conquista das pessoas para Cristo, e em *ensinar* aos outros aquilo que Jesus mesmo ensinara durante Seu breve período na terra.

Jesus ensinara que todos os homens são pecadores e que necessitam um salvador. Já atacara a idéia de que uma pessoa é filha de Deus por causa da cidadania, das crenças dos pais ou das boas obras. Ao invés disto Jesus proclamava que, se alguém quisesse ter a vida eterna, seria necessário confessar seu pecado e entregar a totalidade da sua vida ao controle de Cristo. Mais importante: Jesus ensinava que a Sua morte haveria de pagar a penalidade dos pecados da raça humana e possibilitar, àqueles que assim quisessem, que se tornassem filhos de Deus. Aos discípulos foi ordenado que proclamassem esta mensagem, que instassem às pessoas que colocassem em Cristo a sua fê, que

batizassem estes novos crentes, e que lhes ensinassem as Escrituras.

Alguém sugeriu que o Senhor começou o Seu ministério ao chamar Pedro, André, Tiago e João para se *tornarem* discípulos, que terminou Seu ministério com Sua Grande Comissão para *fazer* discípulos, e que, no ínterim, ensinava as pessoas como *serem* discípulos. Neste processo, Jesus abordava as pessoas de várias maneiras. A tempos diferentes, instruía, escutava, pregava, argumentava, encorajava, condenava, e demonstrava como ser um verdadeiro filho de Deus. É possível que nunca duas pessoas tenham sido abordadas exatamente da mesma maneira, visto que Jesus reconhecia as diferenças individuais da personalidade, da necessidade e do nível de entendimento, e tratava as pessoas de acordo com isto.

O ESCOPO DA GRANDE COMISSÃO

Não parece que a Grande Comissão foi limitada a uma só área geográfica ou a um só período da história. Nem sequer há qualquer indício de que as instruções de Jesus se limitassem a umas poucas pessoas, tais como pastores ou líderes eclesiásticos. É claro que Jesus pretendia que todos os Seus seguidores, durante todas as gerações futuras, se dedicassem ao empreendimento de fazer discípulos — evangelizando e ensinando novos crentes. — Não será possível, portanto, que a Grande Comissão tenha relevância para a ajuda às pessoas hoje em dia? *Visto que ser discípulo e fazer discípulos é uma exigência para todos os cristãos, decerto o discipular dos outros deve fazer parte do aconselhamento cristão — talvez até mesmo seu alvo principal.*

Antes de prosseguir nesta sugestão controvertível, é importante para nós pensarmos acerca do significado do discipulado. No seu sentido mais largo, a palavra "discípulo" significa "estudante" ou "aprendiz". Conforme a palavra é usada nas Escrituras, no entanto, o termo tem uma conotação muito mais forte. Subentende a aceitação dos conceitos e ensinamentos de um líder a quem somos obedientes. As pessoas que se matriculam nas minhas aulas do seminário são meus alunos, mas não são meus discípulos. Aprendem de mim, mas não me seguem com obediência e dedicação. Jesus, por contraste, veio ao mundo não meramente

para ensinar estudantes, mas, sim, fazer discípulos que O seguissem. Passou a Sua vida discipulando homens e mulheres. Terminou Sua vida na terra dando mandamento a cada um de nós no sentido de seguirmos o Seu exemplo em fazer discípulos (e, por implicação, discipuladores).

AS CARACTERÍSTICAS DO DISCIPULADO

Segundo as Escrituras, um discípulo tem pelo menos três características, é chamado para pagar de livre e espontânea vontade três preços e recebe três responsabilidades. Conforme veremos, tudo isto é extremamente importante para aqueles que se chamam cristãos. É de relevância crucial para aqueles cristãos que querem ajudar as pessoas.

Obediência

Em primeiro lugar, examinemos as três características de um discípulo de Jesus Cristo. A primeira destas é a *obediência*. Um discípulo é uma pessoa que é dedicada e obediente à Pessoa e ensinos do Mestre. J. Dwight Pentecost fez um comentário conciso sobre esta obediência:

Cristo exigia a submissão absoluta à Sua autoridade, a completa devoção à Sua Pessoa, confiança na Sua Palavra, e fé na Sua providência, e os homens se desculpavam porque não queriam se dedicar, não podiam confiar, e não acreditavam... Os discípulos eram aqueles que, depois de terem convicção da veracidade da Palavra, dedicavam-se completamente à Pessoa que os ensinara.

Se alguém fica aquém desta dedicação total e completa à Pessoa de Jesus Cristo, não é um discípulo de Jesus Cristo. Pode ser contado entre os curiosos, ou pode ter progredido até ao ponto em que tem convicção da veracidade daquilo que Cristo dizia, ou daquilo que diz a Palavra de Deus, mas enquanto não se dedique totalmente à Pessoa em cuja Palavra veio a crer, não é um discípulo no pleno sentido da palavra conforme o Novo Testamento. .. A pessoa não fica sendo discípulo meramente pelo seu assentimento à veracidade daquilo que Cristo ensinou; fica sendo discípulo, isto sim, quando se submete à autoridade da Palavra de Deus e deixa a Palavra de Deus controlar a sua vida.¹

Conforme os ensinamentos do próprio Jesus, somos verdadeiramente os Seus discípulos quando permanecemos na Sua Palavra (João 8:31). Este fato implicaria em deixar a Palavra de Deus exercer controle absoluto sobre as nossas vidas, e em procurar, com obediência, fazer com que cada aspecto da vida esteja em conformidade com os ensinamentos bíblicos.

Amor

A segunda característica do discípulo é o *amor*. "Novo mandamento vos dou: que vos ameis uns aos outros; assim como eu vos amei, que também vós ameis uns aos outros", declarou Jesus em João 13:34. "Nisto conhecerão todos que sois meus discípulos, se tiverdes amor uns aos outros." Num certo opúsculo, Francis Schaeffer chamou o amor "a marca do cristão". É a característica mais óbvia e sem igual do discípulo de Jesus Cristo. E é a exigência mais fundamental para quem quiser ajudar as pessoas.

Quando o apóstolo João estava escrevendo a sua Primeira Epístola, reconheceu que alguns dos seus leitores estavam tendo dificuldades em saber quais as pessoas que realmente eram cristãs, e quais não eram. Para ajudar neste problema, João indicou que os cristãos eram as pessoas que se caracterizavam pelo amor. Se uma pessoa não tem amor, disse João, provavelmente não é um cristão. (1 Jo 4:7-11). Nem todos os cristãos se comprometem totalmente a serem discípulos de Jesus Cristo, mas todos os cristãos devem revelar pelos menos algumas características do amor. É uma contradição em termos pensar que alguém pode ser um verdadeiro seguidor de Cristo e não ser amoroso.

Frutificação

A terceira característica do discípulo é a *frutificação*. "Nisto é glorificado meu Pai", disse Jesus, "em que deis muito fruto; e assim vos tomareis meus discípulos" (João 15:8).

Vivemos numa sociedade que se orienta em direção ao sucesso. Todos querem ser bem-sucedidos, e a maioria de nós

trabalha com seus vários planos pessoais para atingir aquele alvo. Em João 15, porém, Jesus contou aos Seus seguidores que todos estes esforços seriam em vão a não ser que o discípulo fosse dedicado a Cristo, de modo consistente, permanecendo nEle, ao invés de forçar o caminho com seus próprios planos ou confiando nos seus próprios recursos. Jesus emprega a ilustração de videiras que não estavam produzindo uvas. A melhor coisa para tais sarmentos, segundo Ele disse, é serem cortados da videira e queimados no fogo.

Walter Henrichsen, dos Navegadores, conta como reagiu quando reconheceu, pela primeira vez, que Deus poderia chegar certo dia e destruir toda a obra humana centralizada em si mesma (2 Pe 3:10). "Que choque... reconhecer que tudo quanto eu planejava edificar, Deus chegaria e destruiria! Quero que vocês saibam que aquilo me desanimou... Não valia a pena. Para que dedicar todo o meu tempo e os meus esforços a construir alguma coisa que Deus já disse que haveria de queimar?"² Destarte, o Sr. Henrichsen voltou-se para a sua Bíblia e ali descobriu que há, pelo menos duas coisas que Deus prometeu que nunca destruiria: a Sua Palavra (Is 40:8) e o Seu povo (João 5:28, 29). "Há outras coisas eternas — Deus, anjos, virtudes tais como o amor — mas eu queria alguma coisa eterna que pudesse agarrar com a minha mão e dar a minha vida em troca dela. Ao estabelecer os objetivos da minha vida podia me dedicar a *pessoas* e à *Palavra de Deus*, e saber que Deus não seguiria meus passos para destruí-las no fogo."⁸

OS CUSTOS DO DISCIPULADO

Há, porém certos custos para o discipulado. Bonhoeffer escreveu um livro inteiro acerca disto, e as Escrituras são muito claras em declarar que o discipulado não é barato. É por esta razão que ninguém é recrutado para ser um discípulo contra a sua vontade. Algumas pessoas não estão dispostas a pagar o preço. Ser um discípulo de Jesus Cristo significa que devemos estar dispostos a abrir mão dos nossos mais íntimos relacionamentos (Lc 14:25, 26), das nossas ambições pessoais (Lc 9:23), e das nossas posses (Lc 3 4:33).

Relacionamentos Pessoais

Consideremos em primeiro lugar os nossos *relacionamentos pessoais*. Jesus nunca desprezou a família. Pelo contrário, nos ensinou a respeitar nossos pais, amar os nossos cônjuges, e ensinar nossos filhos, mas o relacionamento que temos com Cristo deve tomar a precedência até mesmo sobre a família. Alguns maridos e pais têm interpretado este ensino no sentido de poderem deixar a família defender-se a si mesma enquanto tratam da "obra do Senhor". Este argumento não leva em conta que criar uma família e cumprir as nossas obrigações como membros de uma família é a obra do Senhor tanto quanto pastorear uma igreja, ensinar num seminário, ou servir como diácono. Deus certamente nos considerará responsáveis por aquilo que fizemos com as pessoas nas nossas famílias, mas em termos de prioridades devemos estar dispostos a colocar Cristo em primeiro lugar em nossas vidas, até mesmo antes das nossas famílias.

Ambições Pessoais

Talvez seja ainda mais difícil deixar de lado as nossas *ambições pessoais*. Em Lucas 9, as 5.000 pessoas tinham sido alimentadas e os discípulos decerto se sentiam parte dalguma coisa muito bem sucedida. Foi então que Jesus anunciou que o discipulado acarreta a negação de si mesmo (inclusive as próprias ambições pessoais), levando a cruz (o símbolo de situação humilde), e seguindo a Cristo. Às vezes, naturalmente, Deus permite que o discípulo atinja uma posição de destaque, e freqüentemente este chega aos seus alvos pessoais. O discípulo, porém, deve estar disposto a abrir mão das suas ambições pessoais, ou a ter suas ambições transformadas ao ponto de se conformarem com aquilo que Cristo quer para as nossas vidas.

Muitas vezes ouvimos cristãos falando acerca dalguma coisa que desejavam ardentemente, e, quando dedicaram a sua vida ao Senhor, receberam exatamente o que *não* queriam. "Queria ser um negociante na Califórnia", talvez digam, "eis-me aqui como missionário nas regiões remotas da África." A implicação é que a dedicação a Cristo leva a alguma coisa inferior ao melhor. Deus, porém, nunca dá menos do que o melhor para os Seus seguidores — embora talvez pensemos, de nossa perspectiva limitada, que

recebemos coisa inferior. Deus sempre nos dá aquilo que é melhor para nós quando entregamos a Ele as nossas ambições pessoais.

Posses Pessoais

Em terceiro lugar, o discipulado talvez nos custe nossas *posses*. Riquezas, saúde, fama, bens materiais — nenhuma destas coisas está errada em si mesma, e freqüentemente Deus dá estas coisas em abundância, mas ficam sendo erradas quando são colocadas como finalidades principais da vida.

Recentemente, minha esposa e eu estávamos procurando uma casa nova para comprar. Era claro que tínhamos ficado grandes demais para o nosso lar antigo, e sentíamos a necessidade de mais espaço. Certa tarde fizemos uma lista de tudo quanto queríamos: uma lareira, uma lava-roupa, sala de jantar separada, garagem embutida, etc. Citando um amigo nosso, estávamos procurando "uma casa tipo champanha com um orçamento tipo cerveja!"

Dentro em breve, começamos a perguntar porque queríamos uma casa melhor. Será que estávamos sendo forçados por uma cultura que mede o sucesso pelo tamanho da casa ou pela marca e modelo do carro? Será que estávamos sendo arrebatados por um modo de pensar que mede o valor da pessoa pela abundância das suas posses? Nossa procura por uma outra casa nos fez lembrar que, na eternidade, o valor da pessoa não será medido por aquilo que ela tinha possuído na terra. Todas as nossas posses, inclusive o nosso dinheiro, o nosso lar, nossos carros, nossos eletrodomésticos, vêm da mão de Deus. Todas pertencem a Deus, devem ser entregues a Deus, e devem ser usadas de maneiras que, em última análise, nos capacitem a sermos melhores discípulos de Jesus Cristo e melhores discipuladores doutras pessoas. Um grande esforço para obter posses pessoais e a aderência a um estilo de vida secular pode impedir a nossa eficácia em obedecer à Grande Comissão de Cristo.

Relacionamentos Pessoais

Consideremos em primeiro lugar os nossos *relacionamentos pessoais*. Jesus nunca desprezou a família. Pelo contrário, nos

ensinou a respeitar nossos pais, amar os nossos cônjuges, e ensinar nossos filhos, mas o relacionamento que temos com Cristo deve tomar a precedência até mesmo sobre a família. Alguns maridos e pais têm interpretado este ensino no sentido de poderem deixar a família defender-se a si mesma enquanto tratam da "obra do Senhor". Este argumento não leva em conta que criar uma família e cumprir as nossas obrigações como membros de uma família é a obra do Senhor tanto quanto pastorear uma igreja, ensinar num seminário, ou servir como diácono. Deus certamente nos considerará responsáveis por aquilo que fizemos com as pessoas nas nossas famílias, mas em termos de prioridades devemos estar dispostos a colocar Cristo em primeiro lugar em nossas vidas, até mesmo antes das nossas famílias.

Ambições Pessoais

Talvez seja ainda mais difícil deixar de lado as nossas *ambições pessoais*. Em Lucas 9, as 5.000 pessoas tinham sido alimentadas e os discípulos decerto se sentiam parte dalguma coisa muito bem sucedida. Foi então que Jesus anunciou que o discipulado acarreta a negação de si mesmo (inclusive as próprias ambições pessoais), levando a cruz (o símbolo de situação humilde), e seguindo a Cristo. Às vezes, naturalmente, Deus permite que o discípulo atinja uma posição de destaque, e freqüentemente este chega aos seus alvos pessoais. O discípulo, porém, deve estar disposto a abrir mão das suas ambições pessoais, ou a ter suas ambições transformadas ao ponto de se conformarem com aquilo que Cristo quer para as nossas vidas.

Muitas vezes ouvimos cristãos falando acerca dalguma coisa que desejavam ardentemente, e, quando dedicaram a sua vida ao Senhor, receberam exatamente o que *não* queriam. "Queria ser um negociante na Califórnia", talvez digam, "eis-me aqui como missionário nas regiões remotas da África." A implicação é que a dedicação a Cristo leva a alguma coisa inferior ao melhor. Deus, porém, nunca dá menos do que o melhor para os Seus seguidores — embora talvez pensemos, de nossa perspectiva limitada, que recebemos coisa inferior. Deus sempre nos dá aquilo que é melhor para nós quando entregamos a Ele as nossas ambições pessoais.

Posses Pessoais

Em terceiro lugar, o discipulado talvez nos custe nossas *posses*. Riquezas, saúde, fama, bens materiais — nenhuma destas coisas está errada em si mesma, e freqüentemente Deus dá estas coisas em abundância, mas ficam sendo erradas quando são colocadas como finalidades principais da vida.

Recentemente, minha esposa e eu estávamos procurando uma casa nova para comprar. Era claro que tínhamos ficado grandes demais para o nosso lar antigo, e sentíamos a necessidade de mais espaço. Certa tarde fizemos uma lista de tudo quanto queríamos: uma lareira, uma lava-roupa, sala de jantar separada, garagem embutida, etc. Citando um amigo nosso, estávamos procurando "uma casa tipo champanha com um orçamento tipo cerveja!"

Dentro em breve, começamos a perguntar porque queríamos uma casa melhor. Será que estávamos sendo forçados por uma cultura que mede o sucesso pelo tamanho da casa ou pela marca e modelo do carro? Será que estávamos sendo arrebatados por um modo de pensar que mede o valor da pessoa pela abundância das suas posses? Nossa procura por uma outra casa nos fez lembrar que, na eternidade, o valor da pessoa não será medido por aquilo que ela tinha possuído na terra. Todas as nossas posses, inclusive o nosso dinheiro, o nosso lar, nossos carros, nossos eletrodomésticos, vêm da mão de Deus. Todas pertencem a Deus, devem ser entregues a Deus, e devem ser usadas de maneiras que, em última análise, nos capacitem a sermos melhores discípulos de Jesus Cristo e melhores discipuladores doutras pessoas. Um grande esforço para obter posses pessoais e a aderência a um estilo de vida secular pode impedir a nossa eficácia em obedecer à Grande Comissão de Cristo.

AS RESPONSABILIDADES DO DISCIPULADO

Além destes custos, ser um discípulo acarreta três responsabilidades.

Testemunhando de Cristo

Em primeiro lugar, o discípulo é responsável por *testemunhar de Cristo*. Não se trata de afastar-nos de todos os descrentes; significa que, seguindo o exemplo de Paulo, devemos procurar terreno em comum com os não-cristãos, com a esperança de finalmente levar alguns a Cristo (1 Co 9:19-20).

O ministério de um discípulo é o ministério de apresentar Jesus Cristo a homens que não O conhecem. O ministério de um discípulo é o ministério de transmitir aos outros a verdade acerca do Pai e do Filho que nos foi revelada pelo Espírito Santo. O ministério de um discípulo transforma a pessoa em canal através do qual o Espírito de Deus imprime a verdade divina sobre homens que são ignorantes de Deus por causa da sua cegueira natural.

Os homens não são discípulos por causa daquilo que dão ou daquilo que fazem.

São discípulos por causa daquilo que comunicam aos outros acerca de Jesus Cristo... Levamos a efeito o ministério de um discípulo de duas maneiras principais, pelas nossas vidas e pelos nossos lábios. Uma destas maneiras, sem a outra, é insuficiente e inadequada. A Palavra de Deus que vem dos lábios do discípulo deve ser confirmada pelas obras de Deus do discípulo.⁵

Levando Outros à Maturidade

Uma segunda responsabilidade do discípulo é *levar outros à maturidade*. Paulo escreveu acerca deste tema na sua Epístola aos Colossenses (1:28, 29). Paulo era o instrumento do Espírito Santo, e reconheceu que Deus providencia o poder necessário e depois opera através de seres humanos dedicados para levar outras pessoas a um estado de maturidade espiritual.

Alguém sugeriu que há cinco maneiras mediante as quais estimulamos a maturidade nos outros: ao servir como exemplo de como deve ser o cristianismo maduro (1 Ts 2:8), ao providenciar oportunidades para um discípulo ter experiências práticas em testemunhar e servir (Mc 6:7), ao avaliar as ações do discípulo durante seu período de treinamento (Mc 6:30), ao ensinar e dar informações (2 Tm 3:15-17), e ao confrontar honestamente os outros com as dificuldades do discipulado (Lc 14:25-33)." Estes cinco princípios podem ser usados na medida em que discipulamos aos outros, e também podem ser usados pelas

peessoas que nos discipulam. É possível que estas também sejam algumas das maneiras mediante as quais Deus nos transforma no tipo de indivíduo que Ele quer que sejamos.

Fazendo Discipuladores

Finalmente, o discípulo tem a responsabilidade de *fazer discipuladores* — treinando aqueles que podem sair para discipular aos outros. Paulo fez um esboço muito explícito ao escrever a Timóteo: "Tu, pois, filho meu, fortifica-te na graça que está em Cristo Jesus. E o que da minha parte ouviste, através de muitas testemunhas, isso mesmo transmite a homens fiéis e também idôneos para instruir a outros" (2 Tm 2:1, 2). O discipulado é um processo de multiplicação no qual aqueles que são discípulos discipulam aos outros, os quais, por sua vez, se tornam discipuladores. Deus nunca pretendeu que os cristãos aceitassem o evangelho para então nada mais fazerem. Sua intenção foi que nos tornássemos Seus discípulos, com todas as características, custos e responsabilidades que o discipulado acarreta, para então sairmos a fim de fazermos mais discípulos para Cristo.

O DISCIPULADO E A AJUDA ÀS PESSOAS

A ênfase dada ao discipulado é tão essencial aos ensinamentos do Novo Testamento, e tão básica para o modo cristão de vida que seria impossível deixar de levá-la em consideração sempre quando o cristão entra num relacionamento de aconselhamento ou de outra forma de ajuda. O conselheiro está tratando de pessoas que padecem alguma necessidade, e o conselheiro que deixa despercebida a mensagem bíblica ou a evita em tal situação, deliberadamente vira as costas aos ensinamentos de Jesus. O discipulado deve fazer parte da vida do conselheiro cristão, e deve ser uma das suas preocupações primárias quando entra num relacionamento de ajuda com outro ser humano.

O conselheiro que leva a sério a Grande Comissão será diferente do ajudador não-cristão, de várias maneiras. Em primeiro lugar, o crente reconhecerá que onde se deve começar a ajuda é dentro da própria vida do ajudador. Não somente o ajudador deve examinar seus próprios defeitos psicológicos e procurar mudar-se

(talvez com a ajuda de outro conselheiro), mas também deve haver um auto-exame espiritual. "Estou realmente dedicado a Cristo?" o ajudador deve perguntar. "Estou sensível à orientação do Espírito, estou procurando expurgar da minha vida o pecado; estou crescendo como discípulo de Jesus Cristo e estou sinceramente interessado no crescimento espiritual do meu próximo?" É possível responder "não" a cada uma destas perguntas, e ainda ajudar as pessoas; os terapeutas seculares bem-sucedidos demonstram-no todos os dias. O aconselhamento que omite a dimensão espiritual é fútil, em última análise. Pode amontoar tesouros na terra para o ajudador, mas nada faz para preparar os ajudados para a eternidade ou para ajudá-los a experimentar a vida abundante na terra — abundância esta que somente vem com a dedicação a Cristo (João 10:10).

O discípulo de Jesus Cristo espera que, afinal, seus ajudados cresçam na sua dedicação a Jesus Cristo e no seu conhecimento dEle. Não se quer dizer com isto que a evangelização e a maturação espiritual sejam os *únicos* alvos do aconselhamento, mas não deixam de ser alvos crucialmente importantes que até mesmo os cristãos freqüentemente olvidam.

TRÊS ABORDAGENS AO ACONSELHAMENTO

Além disto, o ajudador cristão deve encarar a totalidade do processo de ajuda de maneira diferente. Consideremos, por exemplo, três abordagens gerais que freqüentemente se empregam hoje. Somente uma destas é verdadeiramente bíblica.⁷

A Abordagem Humanística-Secular

A abordagem *humanística-secular* ao aconselhamento não leva em conta lugar algum para Deus. Nesta abordagem, o aconselhamento avança em direção a alvos que melhoram o seu bem-estar pessoal, e o conselheiro intervém por algum tempo para ajudar na realização destes alvos.

A Abordagem "Deus como Ajudador"

Há, por contraste, algum aconselhamento que talvez possa ser rotulado de abordagem "*Deus como ajudador*". Aqui, o alvo continua sendo o mesmo, mas Deus é visto como ajudador que, em resposta à oração, ajuda o conselheiro e o aconselhando no seu trabalho.

A Abordagem Teocêntrica

A abordagem que pode ser chamada *teocêntrica* é bem diferente. Pressupõe a existência de um Deus eterno que tem para a humanidade propósitos finais. No aconselhamento, Deus entra num relacionamento e usa o conselheiro como Seu instrumento para levar a efeito mudanças na vida do aconselhando. Espera-se que estas mudanças venham a restaurar a harmonia entre o aconselhando e seu Deus, melhorar seus relacionamentos com os outros, reduzir seus conflitos interiores, e derramar aquela paz que ultrapassa todo o entendimento.

O discípulo que também é um ajudador esforça-se para praticar esta abordagem teocêntrica. Recebendo o poder do Espírito Santo, está disposto a desenvolver as características, pagar o preço, e arcar com as responsabilidades do discipulado. Por sua vez, fica sendo o instrumento de Deus para levar a efeito mudanças nas vidas das pessoas por ele aconselhadas.

A FLEXIBILIDADE DO ACONSELHAMENTO BÍBLICO

Não é uma atitude realista esperar que chegaremos um dia a uma só abordagem bíblica ao aconselhamento, assim como não descobrimos uma só abordagem bíblica às missões, à evangelização, ou à pregação. Em grande medida, as técnicas do aconselhamento dependem da personalidade do conselheiro e da natureza dos problemas do aconselhando, mas devemos procurar descobrir as várias técnicas e as diferentes abordagens ao aconselhamento que surgem dos ensinamentos da Escritura ou que são claramente consistentes com ela. Depois, devemos ensaiar estas técnicas e testar a sua eficácia, não empregando sentimentos subjetivos como prova de que "realmente estamos ajudando as pessoas", mas empregando técnicas cuidadosamente controladas de avaliação.

O lugar para começar a edificar uma abordagem cristã ao aconselhamento é a Bíblia, e não pode haver ponto de partida mais crucial do que a Grande Comissão dada pelo próprio Jesus. Esta é a planta para a edificação da igreja, e forma a base sobre a qual se edificam vidas e relacionamentos interpessoais, ao ajudar as pessoas mediante o aconselhamento

2. OS ASPECTOS BÁSICOS DE AJUDAR AS PESSOAS

O que é um ajudador cristão de pessoas? O cristão tem alvos diferentes do não-crente na ajuda? Se leva a sério a Bíblia, isto terá influência sobre o modo em que o ajudador trata com os seus ajudandos? Pode haver uma abordagem bíblica ao aconselhamento que leva em conta as diferenças de personalidade entre os ajudadores, o caráter sem igual de cada ajudando, e a variedade de problemas que se encontram numa situação de ajuda? Deve o ajudador cristão jogar de lado todas as teorias e técnicas de aconselhamento que os terapeutas desenvolveram, demonstrando a sua eficácia? Há uma abordagem unicamente cristã no aconselhamento?

Foram estas algumas das perguntas que me preocuparam há vários anos quando recebi o meu doutorado em psicologia clínica, e fui trabalhar num centro de aconselhamento numa universidade. Tinha um diploma para comprovar que fora treinado como conselheiro, mas não me sentia muito competente a despeito de toda a minha educação em faculdades de boa reputação. Como cristão, parecia que deveria estar fazendo algo mais do que apenas seguir com rigor os métodos seculares que me foram ensinados, mas não sabia fazer coisa alguma que fosse diferente e melhor ao mesmo tempo. Estando empregado no centro de aconselhamento de uma universidade estatal, não poderia falar muita coisa aos meus aconselhandos acerca da religião sem perder o meu emprego, mas também sabia que o evangelho de Jesus Cristo tinha alguma coisa a dizer a estes jovens solitários e frustrados que vinham ao meu gabinete. Muitas vezes eu lembrava um trabalho que escrevera como tarefa de classe num curso de pós-graduação. O trabalho tinha o título: "A Eficácia da Psicoterapia", e nele tirei a conclusão (depois de passar em retrospecto grande quantidade de pesquisas publicadas) que o aconselhamento não funcionava mui-

to bem. Obviamente, esta conclusão pouca coisa fazia para me animar como jovem psicólogo recém-formado!

A PRIORIDADE DA AJUDA ÀS PESSOAS

Durante o meu ano naquele centro de aconselhamento, penso que ajudei muitas pessoas, e parecia que meu empregador estava satisfeito com o meu trabalho. Eu, porém, não estava satisfeito. Depois de vários meses no emprego, resolvi que o ensino era meu melhor dom e assim, deixei o centro de aconselhamento e fui trabalhar no departamento de psicologia de uma faculdade de artes liberais, que estava em expansão. Ensinar era uma experiência muito gratificante, mas ainda conservava as minhas faltas de certeza quanto ao aconselhamento. Foi então que fiquei conhecendo Paul Tournier, o famoso escritor suíço, e, pela primeira vez, comecei a perceber alguma coisa do potencial do aconselhamento cristão.

Tournier é um homem humilde e piedoso que já ajudou milhares de pessoas através do seu aconselhamento e dos seus livros. Talvez não concordemos com a totalidade das conclusões do Dr. Tournier, mas, ao escrever um livro acerca deste homem' vi um indivíduo cujo aconselhamento é eficaz. Como ajudador das pessoas, leva a sério a Bíblia, é compassivo, demonstra o amor cristão de modo consistente, e reconhece que cada ajudador é, nalgum aspecto, sem igual. Embora Tournier não tenha proposto um sistema formal de aconselhamento bíblico, mesmo assim, desenvolveu uma abordagem basicamente bíblica ao aconselhamento.

Outros escritores, no entanto, propuseram outras abordagens que também alegam ser bíblicas. Assim, muitas pessoas ficam confusas. Como podemos ser cristãos, perguntam, e ainda ter tão grande variedade de sistemas de aconselhamento, todos os quais, segundo se alega, se deduzem da Bíblia? Devemos lembrar-nos que os conselheiros, assim como os teólogos e estudiosos da Bíblia, são seres humanos falíveis. Vemos as coisas de perspectivas diferentes. Presbiterianos dedicados discordam de batistas dedicados no que diz respeito a certas questões importantes — mas todos podem ser cristãos. Há abordagens diferentes, baseadas na Bíblia, à pregação (homilética) ou à interpretação bíblica

(hermenêutica), ainda que cada uma seja fiel à Palavra de Deus. A mesma coisa acontece no aconselhamento. Por causa destas diferenças, aprendemos uns dos outros, reconhecendo que os homens nunca possuirão a teoria perfeita do aconselhamento até chegarmos ao céu, e então, o aconselhamento já não será necessário.

A PRIORIDADE DA GRANDE COMISSÃO

Enquanto permanecermos na terra, porém, não podemos desatender à Grande Comissão, se é que levamos a Bíblia a sério em nosso aconselhamento. Esta omissão deixaria de lado uma doutrina principal do ensino neo-testamentário. Na realidade, o conceito do discipulado é tão importante na Escritura que é possível considerarmos o aconselhamento cristão como sendo *aconselhamento no discipulado*.

O aconselhamento no discipulado é uma abordagem que se edifica sobre a Escritura — que começa com a Bíblia como seu ponto de partida. É um conceito de aconselhamento que reconhece a crucialidade da Grande Comissão e tem no seu âmago o discipular aos outros. Toma por certo que o Deus que fala através da Bíblia também revelou verdades acerca do Seu universo por meio da ciência, inclusive a psicologia. Logo, leva-se a sério os métodos e as técnicas psicológicos, embora devam ser testados, não somente de modo científico e pragmático, mas primeiramente à luz da Palavra de Deus escrita. O aconselhamento no discipulado emprega certa variedade nos seus métodos, que dependem da personalidade e da perícia do conselheiro, e das necessidades, personalidade ou problemas do aconselhando. Os alvos do aconselhamento são: ajudar as pessoas a funcionarem de modo mais eficaz nas suas vidas diárias; a se libertarem dos conflitos espirituais, psicológicos e interpessoais; a terem paz consigo e a desfrutarem de uma crescente comunhão com Deus; a desenvolverem e manterem com os outros relacionamentos interpessoais serenos; a realizarem o máximo potencial que têm em Cristo; e a estarem ativamente envolvidos em se tornarem discípulos de Jesus Cristo e discipuladores para Ele.

OS PRINCÍPIOS DA AJUDA ÀS PESSOAS

A abordagem tipo discipulado ao aconselhamento se expressa em termos de seis princípios gerais, que chamarei de "princípios para a ajuda às pessoas." Três deles são apresentados neste capítulo, e três no capítulo seguinte.

Princípio nº 1 para a Ajuda às Pessoas

Em qualquer relacionamento de ajuda, a personalidade, os valores, as atitudes e as crenças do ajudador são de importância primária. Ao escrever para a igreja na Galácia, Paulo instruiu aos irmãos que restaurassem (trazer a um estado de plenitude integral) qualquer indivíduo que estivesse tendo dificuldades pessoais (Gl 6:1). Parece que alguns dos gálatas estavam caindo em pecados, e que estavam tendo problemas por causa disto. O apóstolo preocupava-se pessoalmente com estes homens e mulheres, mas veja que pessoas deviam ajudá-los: "vós, que sois espirituais."

No capítulo 5 de Gálatas lemos a bem-conhecida lista dos traços que caracterizam o cristão espiritual: amor, alegria, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão, domínio próprio (Gl 5:22, 23). O indivíduo espiritual é a pessoa que faz seus valores conformarem-se com os ensinamentos de Jesus (Gl 5:24), é guiado pelo Espírito de Deus (v. 25), e não é egocêntrico, desordeiro, ou cheio da sua própria importância (v. 26).

Além disto, note-se que o ajudador bíblico é brando (Gl 6:1), uma pessoa que pode manter firmeza com o ajudando mas que também é compassiva. Este ajudador tem consciência das tentações que advêm quando se envolve num relacionamento íntimo de aconselhamento (v. 1), e quando se envolve com as pessoas (v. 2), de tal modo que o ajudador, por algum tempo, leva as cargas do seu ajudando, com a dor e a inconveniência que talvez sejam envolvidas. O ajudador bíblico é humilde (v. 3), e reconhece qual é a fonte da sua força, e não age com uma atitude superior, tipo mais-santo-do-que-tu. Examina-se a si mesmo (v. 4) (está envolvido numa auto-avaliação realista e evita as comparações com os outros), é responsável em levar os fardos na sua própria vida (v. 5), disposto a ajudar os outros a fazerem o mesmo, e pronto a aprender do ajudando (v. 6). O ajudador bíblico tem consciência de Deus e das influências espirituais no

comportamento humano (vv. 7, 8) e é paciente (v. 9) mesmo quando a tarefa da ajuda é longa e árdua. Reconhece sua responsabilidade de fazer o bem a todas as pessoas, mas "principalmente aos da família da fé" (v. 10).

Esta lista é longa, e algo esmagadora. Os padrões para um bom ajudador são altos, mas podem ser atingidos. Estes padrões devem caracterizar qualquer cristão que está andando em estreita comunhão com Jesus Cristo. Não se segue, porém, que todo crente dedicado é automaticamente um bom conselheiro, pois a aprendizagem de técnicas específicas também é importante. Apesar disto, a pessoa que segue Jesus Cristo desenvolve características que podem ser resumidas numa só palavra pequena: **amor** — o que é de importância crucial na ajuda às pessoas.

Tudo isto é consistente com a pesquisa psicológica do relacionamento de aconselhamento, pesquisa esta que demonstra que os traços pessoais do ajudador são tão importantes ao bom aconselhamento como os métodos que emprega.² Vários estudos das pesquisas revelaram que os conselheiros eficazes são bem-sucedidos, não tanto por causa da sua orientação ou técnicas teóricas, mas, sim, por causa da sua empatia, calor e autenticidade.

Empatia deriva da palavra grega *empathia*, que significa "sentir em" ou "sentir com". A maioria de nós teve a experiência de ficar no banco de passageiro do carro, e de apertar o pé contra o chão ao vermos a necessidade de diminuir a velocidade. Em tais momentos, estamos nos sentido na situação do motorista, e estamos sentindo com ele.³

No aconselhamento, o ajudador eficaz procura ver e entender o problema do ponto de vista do ajudando. "Por que está tão perturbado? poderíamos perguntar. "Como é que ele vê a situação?" "Se eu fosse ele, como me sentiria?" Como ajuda-dores, precisamos conservar intatos os nossos próprios pontos de vista objetivos, mas também devemos reconhecer que podemos ser da máxima ajuda se, além disto, conseguimos ver o problema do ponto de vista do ajudando e deixá-lo saber que entendemos como ele se sente e como vê a sua situação. O ajudando, por sua vez, precisa reconhecer que alguém realmente está procurando entendê-lo. Este mútuo entendimento desenvolve o máximo de harmonia entre o ajudador e o ajudando.

O **calor** é quase um sinônimo de importar-se com alguém. É uma amabilidade e consideração que se revelam na expressão do rosto, no tom da voz, nos gestos, na postura, no contato com os olhos, e qualquer outro comportamento não-verbal tal como cuidar do conforto do ajudando. O calor diz: "importo-me com você e com o seu bem-estar". Aqui, como em tantos aspectos do comportamento humano, as ações falam mais alto do que as palavras. O ajudador que realmente se importa com as pessoas não precisará anunciar verbalmente sua solicitude, todos poderão percebê-la.

A **autenticidade** significa que as palavras do ajudador são consistentes com as suas ações. Procura ser honesto com o auxiliado, e evita qualquer declaração ou comportamento que possa ser considerado falso ou insincero. Segundo certo escritor¹ a pessoa verdadeiramente genuína é espontânea mas não impulsiva nem desrespeitosa, é consistente quanto aos seus valores e atitudes, não está na defensiva, tem consciência das suas próprias emoções, e está disposta a compartilhar a sua própria pessoa e sentimentos.

Jesus revelava empatia, calor e autenticidade, e o ajudador cristão bem-sucedido deve fazer o mesmo. É possível, no entanto que cada um destes possa ser exagerado. Podemos demonstrar tanta empatia que perdemos a nossa objetividade, tanto calor que o auxiliado se sente sufocado, e tanta autenticidade que o ajudador perde de vista as necessidades do auxiliado. O ajudador, portanto, deve freqüentemente examinar seus próprios motivos para ajudar. É possível que, como ajudadores, as nossas próprias necessidades venham a ser satisfeitas no relacionamento do auxílio, mas a nossa tarefa primária é ajudar aos outros com seus problemas e lutas.

Princípio nº 2 para a Ajuda às Pessoas

As atitudes, motivação e desejo por ajuda da parte do auxiliado também são importantes no aconselhamento. Nalguma ocasião, a maioria dos conselheiros teve a experiência frustradora de procurar trabalhar com alguém que é obstinado, que não coopera, ou que não tem interesse em mudar o seu comportamento. Trabalhar com um adolescente rebelde que foi enviado para ser "endireitado" ou aconselhar uma pessoa

deprimida que acredita que "nunca sarará" é trabalhar com uma pessoa cuja atitude terá que mudar antes de haver a possibilidade de ocorrer qualquer auxílio real. Quando o auxiliado não quer ajuda, deixa de perceber que existe um problema, não deseja mudar-se, ou não tem fê no ajudador nem no processo de auxílio, então o aconselhamento raramente é bem-sucedido. Deus nos criou com livre arbítrio, e não é possível ajudar um auxiliado indisposto a crescer psicologicamente, da mesma forma que não é possível ajudar um descrente a crescer espiritualmente contra a sua vontade. No aconselhamento, assim como no testemunhar, esta resistência deve ser reconhecida, e o auxiliado deve receber ajuda" no sentido de perceber o valor de fazer mudanças na sua própria vida. O aconselhamento é um processo de ajudar outra pessoa a transformar-se e crescer, mas este crescimento é mais fácil quando o ajudador e o auxiliado cooperam na tarefa. Em certo sentido, o auxiliado é o indivíduo mais bem-informado no mundo, no que diz respeito à sua própria situação. Sabe como está se sentindo, e sabe o que *não* funcionou para levar a efeito uma transformação no passado. O ajudador e o auxiliado precisam usar juntos estas informações.

Naturalmente, não se deve tomar por certo que a pessoa que precisa de ajuda sempre está resistindo de modo teimoso. As vezes, as pessoas simplesmente têm medo. Muitas vezes, é difícil para uma pessoa falar acerca dos seus fracassos ou problemas, e há ocasiões em que o próprio auxiliado não sabe qual é o problema. Contar a uma outra pessoa coisas acerca da nossa vida particular pode ser arriscado, pois há a possibilidade de sermos criticados ou rejeitados. Há, além disto, a atitude de frustração e de auto-condenação que alguns ajudados sentem por não terem conseguido solucionar sozinhos os seus problemas. Todos estes fatores podem interferir no processo da ajuda, e, portanto, a tarefa do ajudador é ajudar o auxiliado a relaxar e "abrir o seu coração".

Para alcançar os melhores resultados, o aconselhando-auxiliado deve realmente desejar uma transformação, deve ter a expectativa de que as coisas hão de melhorar com a ajuda do conselheiro, e deve demonstrar uma disposição para cooperar, ainda que seja doloroso o processo do aconselhamento. Expressado em termos um pouco diferentes: é importante para o auxiliado ter ou adquirir uma atitude de esperança quando vem procurar ajuda.

Jesus enfatizou o valor desta atitude no Seu ministério de cura. Louvou a mulher com hemorragia por ter a fé que lhe restaurou a saúde (Mc 5:34), curou dois cegos por causa da sua fé (Mt 9:29), e curou um menino epiléptico cujo pai tinha fé nos poderes do Mestre (Mc 9:23-27). Por contraste, quando Jesus estava na Sua cidade natal, poucas pessoas foram ajudadas porque não acreditaram nos Seus poderes para curar (Mt 13:58). Pode-se argumentar, talvez, que a fé descrita nas Escrituras é diferente da esperança e da expectativa, mas o escritor aos Hebreus as vincula (Hb 11:1). Termos tais como "fé", "esperança", "expectativa", "crença" e "motivação" podem ser usados de modo intercambiável até certo ponto, porque todos transmitem a idéia de que quando o auxiliado deseja melhorar e pensa que vai sarar, em muitos casos melhora mesmo — às vezes a despeito do ajudador e das suas técnicas.

Princípio nº 3 para a Ajuda às Pessoas

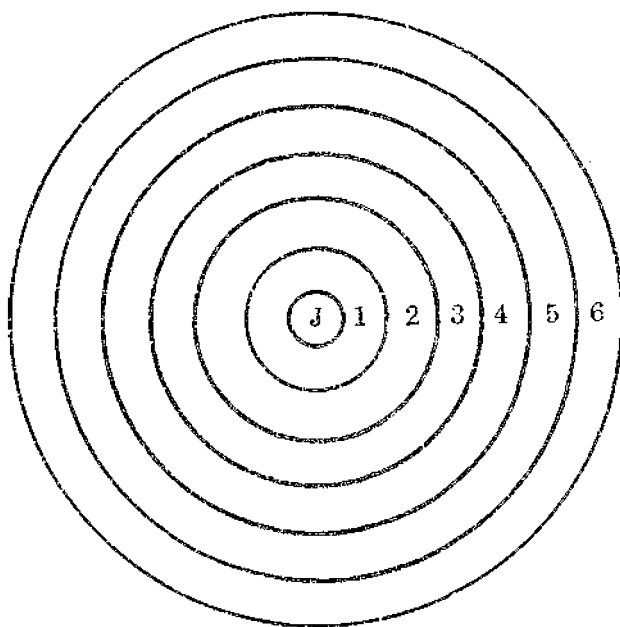
O relacionamento de ajuda entre o ajudador e o auxiliado é de grande relevância. Conforme logo aprende todo estudante de aconselhamento, uma boa harmonia é essencial para o aconselhamento bem-sucedido, tão essencial, aliás, que certo escritor chegou a descrever o aconselhamento como sendo um relacionamento de ajuda entre duas pessoas ou mais.⁵ Às vezes chamamos este relacionamento de entrevista de aconselhamento, sessão de terapia, encontro, ou "uma boa conversação entre amigos", mas em todos os casos as pessoas estão juntas nalgum tipo de relacionamento em que trabalham juntas para solucionar um ou mais problemas.

Os relacionamentos de ajuda diferem não somente na sua natureza mas também na sua profundidade. Quando duas pessoas se encontram, não deixam do lado de fora da porta suas personalidades, valores, atitudes, inseguranças, necessidades, sentimentos e capacidades. Todas estas coisas entram no relacionamento, e na medida em que as pessoas são diferentes, é provável que nenhum par de pessoas tenha um relacionamento que venha a ser repetido do mesmo modo. Consideremos, por exemplo, como Jesus Se relacionava com as pessoas. Não tinha o mesmo tipo de relacionamento com todas elas. Com Nicodemos foi intelectual, aos fariseus confrontou-os, com Maria e Marta e foi

mais informal, e com as crianças era caloroso e amoroso. Jesus reconhecia diferenças individuais de personalidades, de necessidades, e de nível de entendimento, e tratava as pessoas de acordo com isto. Quando os conselheiros procuram tratar todos os seus aconselhados da mesma maneira, deixam de conseguir boa harmonia, porque cometem o erro de pensar que todas as pessoas são iguais. Todas as pessoas *não* são iguais, e este fato deve ser reconhecido nos relacionamentos que construímos e nos métodos que empregamos.

Jesus não somente tratava com pessoas de modos diferentes, mas também tinha relacionamentos com as pessoas em níveis diferentes de profundidade ou proximidade. João era o discípulo a quem Jesus amava, talvez o amigo mais próximo do Mestre, ao passo que parece que Pedro, Tiago e João formavam juntamente um círculo interno com o qual o Senhor tinha um relacionamento especial. Embora não ficassem tão próximos como os três do círculo interno, os demais apóstolos eram os companheiros constantes de Cristo, um grupo de doze homens que foram escolhidos com cuidado para continuar a obra depois da partida de Cristo. Em Lucas 10 lemos acerca de um grupo de setenta homens aos quais Jesus deu treinamento especial. Depois da ressurreição, apareceu a um grupo maior de quinhentos pessoas, e, além disto, havia as multidões, às vezes em número de milhares de pessoas, muitas das quais talvez tenham visto Cristo uma única vez, e isto a uma boa distância.

A proximidade entre Jesus e Seus discípulos talvez possa ser ilustrada pelo diagrama na página seguinte. Jesus está no centro. João, Seu amigo mais próximo, está na posição 1; segue-se o trio de Pedro-Tiago-João, quanto à proximidade (2), depois os doze (3), depois os setenta (4), depois os quinhentos (5), e finalmente as multidões (6) no alcance exterior do círculo. A maioria de nós tem este tipo de relacionamento com os outros. Algumas pessoas ficam perto, ao passo que outras ficara mais longe. Às vezes supomos que, ao aconselhar ou discipular, sempre devemos desenvolver um estreito relacionamento, mas, na realidade, é possível que tais relacionamentos sejam profundos, ou não tão profundos.



Consideremos, por exemplo, os diferentes graus de intimidade que um professor pode ter com seus alunos. Como seguidor de Jesus Cristo, tenho uma obrigação inescapável de fazer discípulos para o Mestre, dentre meus estudantes e aconselhando-os, mas abordo estas pessoas de modos diferentes, e estou mais próximo de alguns do que de outros. Na posição N.º 1 no diagrama está o meu assistente, já formado, com quem me encontro quase diariamente. Trabalha para mim em regime de meio-período, ajuda-me nos cursos ou na pesquisa, e estuda sob orientação. As vezes oramos juntos, compartilhamos juntos e almoçamos juntos. As vezes ele observa enquanto me relaxo em casa com a minha família, e, noutras ocasiões, vê-me quando estou submetido a pressões na tentativa de cumprir algum prazo. Discutimos livremente alguns dos conflitos e problemas dele, mas eu também tenho sido franco com ele acerca das minhas preocupações e lutas pessoais. De muitas maneiras, nosso relacionamento é semelhante àquele que Paulo tinha em mente quando escreveu a Timóteo: "Tu, pois, filho meu, fortifica-te na graça que está em Cristo Jesus. E o que de minha parte ouviste... isso mesmo transmite a homens fiéis e também idôneos para instruir a outros" (2 Timóteo 2:1, 2). No passado, tive assistentes

formados que trabalhavam no dormitório de uma faculdade cristã nas proximidades, Como conselheiros residentes, estavam envolvidos em ensinar aos outros algumas das coisas que aprenderam de mim.

Como professor, porém, tenho outros alunos aos quais discípulo. Como Pedro, Tiago e João (na posição N.º 2 do diagrama) há uns poucos alunos com os quais tenho um estreito relacionamento, e me encontro freqüentemente com eles. Meu grupo de aconselhados acadêmicos talvez forme um paralelo com os doze discípulos (N.º3). Duas vezes por semana, tenho um encontro com estes homens e mulheres. Oramos regularmente uns pelos outros, e um deles sempre está comigo quando vou fazer palestras dentro de uma distância do meu lar que possa percorrer de carro. Meu relacionamento com os setenta e tantos alunos que se matriculam nas minhas aulas cada trimestre é menos íntimo. Encontramo-nos poucas vezes por semana durante dez semanas e, depois, cada um vai por seu caminho. Meu relacionamento com a totalidade do corpo estudantil é ainda menos envolvido; alguns me conhecem casualmente no campus da universidade, ou me ouvem pregar na capela, mas não têm outro contato comigo. Depois, há aqueles que estão na posição N.º 6 no diagrama, as pessoas que porventura me ouçam palestrar ou leiam um livro como este, mas não têm contato mais estreito comigo.

Como discipuladores, parece que cada um de nós está cercado por círculos de pessoas. Umas poucas, talvez um ou dois amigos e os membros da nossa família, ficam bem perto. Outras ficam um, pouco mais longe, e algumas estão nas extremidades de fora, tocadas apenas casualmente por nosso testemunho de Cristo. Para cumprir a Grande Comissão, cada um de nós, no centro do nosso círculo de influência, deve ser, em primeiro lugar, discípulo de Jesus Cristo, completamente dedicado a Ele e obediente à Sua direção para a nossa vida. Depois, nos relacionamentos interpessoais — o magistério, o aconselhamento, a paternidade, em todas as nossas atividades, realmente — devemos ser testemunhas de Cristo, alcançando os outros, perto e longe, e mostrando a eles mediante palavras e ações o que significa ser discípulo e discipulador.

Este discipulado não é fácil. Envolve dedicação a Cristo, uma disposição para ser franco com o próximo, e uma flexibilidade nos nossos relacionamentos com as pessoas que convivem conosco.

Mesmo assim, ser um discípulo e um discipulador é a responsabilidade de todo cristão, e começa onde estamos — no centro da nossa própria série de círculos.

A mesma série de círculos também poderia caracterizar nossos relacionamentos de ajuda. O ajudador não precisa necessariamente esforçar-se para ser o melhor amigo do auxiliado. O aconselhamento é um relacionamento que certamente pode envolver a amizade, mas existe primariamente com outro propósito em mira — fazer com o ajudador ajude o auxiliado a enfrentar um problema. Às vezes, o relacionamento é bem próximo, perto do centro do círculo, com a participação íntima, até mesmo bilateral, de emoções, preocupações e necessidades. Noutras ocasiões, o relacionamento não é tão profundo. Talvez o ajudador e o auxiliado se encontrem por uma única sessão, falem exclusivamente acerca do auxiliado, ou conversem informalmente por pouco tempo acerca dalgum problema relativamente sem importância. E até mesmo possível ao ajudador socorrer os outros à distância — ao dar uma preleção pública acerca da saúde mental, por exemplo, ou ao escrever um livro útil. Às vezes, portanto, ajudamos as pessoas uma a uma num gabinete, e às vezes trabalhamos em grupo, e às vezes chegamos até mesmo a ajudar pessoas que nunca encontramos face a face.

Cada relacionamento entre o ajudador e o auxiliado é, em certo sentido, sem igual. Cada relacionamento depende da personalidade das pessoas envolvidas, da natureza dos problemas que são considerados, da profundidade da discussão, e da proximidade psicológica entre o ajudador e a pessoa que está sendo auxiliada. O aconselhamento é um processo de auxílio, mas este auxílio envolve um relacionamento. Quanto melhor o relacionamento, tanto mais bem-sucedido o aconselhamento.

3. AS TÉCNICAS DE AJUDAR AS PESSOAS

A ajuda eficaz, conforme já indicamos, tem pelo menos seis princípios básicos, três dos quais foram discutidos no capítulo anterior. Em primeiro lugar, deve haver um ajudador que demonstre empada, calor e autenticidade. Em segundo lugar, deve haver um auxiliado motivado para transformar-se e que está disposto a cooperar com o auxiliador para solucionar os

problemas. Em terceiro lugar, o bom aconselhamento requer um bom relacionamento entre o ajudador e o auxiliado, que pode ser mais ou menos estreito, mas que existe com o propósito de ajudar as pessoas a conviver melhor consigo, com seu próximo, e com Deus.

O parágrafo supra teria deixado Freud aflito, bem como número muito maior de conselheiros contemporâneos. Freud dava considerável ênfase às perícias do conselheiro, e, até certo ponto, tem razão. Seria errado tirar a conclusão de que duas pessoas calorosas e amorosas que têm um relacionamento sereno são os únicos requisitos para o bom aconselhamento. São aspectos básicos, mas o aconselhamento bem-sucedido envolve mais do que isto. Envolve habilidade e técnicas que os bons conselheiros aprendem, praticam e constantemente refinam. É verdade, sem dúvida, que certas pessoas demonstram ter um "tato" para o aconselhamento. Parece que conseguem o sucesso até mesmo sem treinamento ou estudo nos procedimentos do aconselhamento. Mesmo assim, com treinamento e consciência das técnicas, até mesmo estas pessoas podem ficar mais eficazes no relacionamento de socorro.

Uma das habilidades necessárias a um ajudador é o reconhecimento de como se sente o auxiliado, o que está pensando, e como as suas próprias ações influenciam o problema. Assim, chegamos ao quarto dos nossos seis princípios que começamos a descrever no capítulo anterior.

Princípio nº 4 para a Ajuda às Pessoas

A ajuda deve ser focalizada nas emoções, nos pensamentos e no comportamento do auxiliado — todos os três. Em muitas das abordagens seculares e cristãs ao aconselhamento, a ênfase se dirige ou à emoção, ou ao pensamento, ou ao comportamento, mas raramente a todos os três juntos. A Terapia Racional Emotiva de Albert Ellis, por exemplo, refere-se, no seu título, ao pensamento e ao sentimento, mas a terapia lida quase exclusivamente com o modo de o auxiliado *pensar*. Por contraste, Carl Rogers coloca a maior parte da ênfase sobre os *sentimentos* do auxiliado, e faz pouca tentativa para analisar o que lhe acontece intelectualmente. Boa parte das abordagens do aprendizado ressalta a mudança do comportamento, e sustenta que os sentimentos e pensamentos do

auxiliado são de mínima importância — tão mínima, na realidade, que o "tratamento" às vezes ocorre sem o auxiliado sequer ter consciência de que está sendo levado a efeito.

Quando examinamos as Escrituras vemos que o sentimento, o pensamento e o comportamento são todos de grande importância, talvez igual. Consideremos, em primeiro lugar, os aspectos emotivos. O próprio Jesus chorou em duas ocasiões, pelo menos, e às vezes ficava zangado. Não negava os sentimentos, nem condenava as pessoas por experimentarem e expressarem suas emoções. Claramente era sensível aos sentimentos dos outros, como no caso da Sua mãe entristecida na ocasião da crucificação ou os pais que trouxeram seus filhos para ver Jesus mas que foram repudiados pelos discípulos demasiadamente protetores do seu Mestre. É possível dar ênfase demais aos sentimentos num relacionamento de aconselhamento, mas também é possível reprimi-los ou negá-los. Jesus não fez nenhuma das duas coisas.

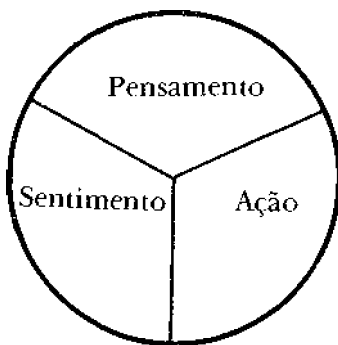
Havia ocasiões, no entanto, em que ressaltava mais o pensamento racional. Tomé tinha muita tendência para duvidar, mas Jesus lidava com estas perguntas intelectuais de modo racional. Não desatendeu Tomé, nem o criticou por sua falta de fé. Pelo contrário: quando os discípulos duvidavam, Jesus providenciava as evidências. Imediatamente após a ressurreição Tomé disse, em essência: "Se eu não vir com os meus olhos, e não tocar nas mãos de Jesus com os meus dedos, não acreditarei." Quando se encontraram mais tarde, o Senhor disse a Tomé: "Põe aqui o teu dedo e vê as minhas mãos; chega também a tua mão e põe-na no meu lado; não sejas incrédulo, mas crente" (João 20:27). De modo semelhante, quando João Batista ficou em dúvida durante seus últimos dias na prisão (Mt 11:2-6), Jesus providenciou os fatos racionais que se faziam necessários. Em numerosas ocasiões, levava a efeito debates intelectuais com os líderes religiosos dos Seus dias; por exemplo, discutiu apologética com Nicodemos num debate que talvez tenha ido longas horas noite adentro.

Jesus, porém, também Se preocupava muito com o pecado e o comportamento pecaminoso. Mandou a mulher apanhada em flagrante adultério transformar o seu comportamento, e não pecar mais; deu instruções a Maria no sentido de ela mudar seu estilo de vida agitado; aconselhou o jovem rico a ser menos egoísta, e ordenou dois irmãos que brigavam a pararem de ser tão cobiçosos.

Repetidas vezes, nos Seus sermões e nas Suas discussões com indivíduos, Jesus confrontava as pessoas com seu comportamento pecaminoso e egocêntrico, e as mandava transformarem-se.

A ênfase sobre as emoções, o pensamento e o comportamento se vê no livro de Atos, e daí por diante através das epístolas do Novo Testamento. Repetidas vezes, os crentes são responsabilizados pelas suas próprias ações, mas nunca há o mínimo indício de enfatizar demasiadamente o comportamento ao ponto de excluir o sentimento e o pensamento.

Na conclusão da sua epístola aos Filipenses, o apóstolo Paulo dá muitos conselhos práticos para a vivência de todos os dias. Em primeiro lugar, lida com as emoções, instruindo seus leitores a se regozijarem, a serem pacientes, a não serem ansiosos, e a se acalmarem na paz de Deus (Fp 4:4-7). Depois, a ênfase recai sobre o pensamento: "Fixem o seu pensamento. .. " conforme se nos manda, nas coisas que são verdadeiras, respeitáveis, justas, puras, amáveis, boas, virtuosas e dignas de louvor (Fp 4:8). Finalmente, enfatiza-se o comportamento. Devemos praticar tudo quanto nos foi ensinado; aprender, como Paulo, a ficar contentes e fazer todas as coisas no poder de Cristo (Fp 4:9-13). O sentimento, o pensamento e a ação — todos os três são importantes nas Escrituras e cada um deve ser levado em consideração no aconselhamento. Conforme mostra o diagrama neste página¹ cada um deles está em contato com os demais. Quando temos problemas emocionais, por exemplo, nossos pensamentos e nossas ações são afetados. Não podemos enfatizar uma parte deste diagrama e desprezar as outras duas partes.



A ajuda envolve uma variedade de habilidades de auxílio. Esta palavra "habilidades" pode ser vista de duas perspectivas. De um lado, há as técnicas de aconselhamento — coisas tais quais escutar atentamente, observar com cuidado ou fazer perguntas sábias enquanto o auxiliado descreve o seu problema. Trata-se *daquilo que se faz* no aconselhamento. São perícias que podem ser aprendidas pelo conselheiro-ajudador.

Para a máxima eficácia, o aconselhamento também precise de direção. O ajudador, bem como o auxiliado, deve ter em mente alguns alvos, e pelo menos o ajudador deve ter algumas idéias acerca de como atingir estes alvos. Este avanço em direção a um alvo pode ser chamado o processo de aconselhamento. Refere-se a *para onde a pessoa vai* num relacionamento de ajuda.

Numerosos livros foram escritos para descrever as técnicas de aconselhamento. A lista de técnicas varia de autor para autor, mas a maioria dos autores concorda que, para entender e ajudar outro ser humano, o ajudador deve, no mínimo, fazer uso das seguintes:

a) *Escutar.* Trata-se de dar a nossa atenção total ao auxiliado, e de demonstrar esta atenção mediante o contato através dos olhos, da postura e o uso de declarações animadoras (e.g., "isto faz sentido", "entendo o que você quer dizer"), uma resposta ocasional para perscrutar (e.g., "continue", "conte-me mais," "e depois?"), e uma repetição periódica daquilo que o auxiliado disse, para ter certeza de que entendemos.

Jesus, apesar de ter conhecimento perfeito da personalidade íntima das pessoas e dos problemas delas (João 2:25), escutava com paciência (Lc 24:13-24). Ao fazer assim, é possível que estivesse demonstrando que há um valor terapêutico em deixar o indivíduo colocar em palavras as suas dificuldades, para compartilhá-las com outra pessoa (Tg 5:16). Ao escutar, nós que somos ajudadores não devemos ficar zangados, mas devemos demonstrar, por nossa atitude atenciosa que realmente queremos levar as cargas do auxiliado juntamente com ele (Tg 1:19; Gl 6:2).

A indisposição para ouvir pode muitas vezes ser um grande obstáculo à ajuda. Este fato é verdadeiro na evangelização, e não somente no aconselhamento. Se o cristão está sempre falando, não pode responder aos problemas ou necessidades individuais da

pessoa com quem fala. Às vezes, aquela pessoa tem uma pergunta a fazer, ou algum problema para discutir antes de poder dedicar a sua vida a Cristo ou crescer mais como crente. Se não lhe dermos uma oportunidade para expressar-se, estamos em perigo de subverter nossas próprias tentativas de ajuda.²

A Tabela 1 na página seguinte alista algumas sugestões para fazer a nossa escuta mais útil para os outros. Não se deixe pressupor, ao ler este trecho, que a nossa única tarefa seja escutar tudo quanto é dito. Nossa tarefa como ajudadores é entender o auxiliado e demonstrar, ao escutar, que nos importamos com ele. Não é nossa tarefa, no entanto, desenvolver habilidade no entendimento dos pormenores dos pecados dos outros. Há lugar para inocência e pureza da parte do ajudador (Mt 10:16), e às vezes talvez precisemos dizer: "Acho que já entendi a situação geral, então provavelmente não me seja necessário ouvir todos os pormenores da sua situação." Tome cuidado, no entanto, para não intervir rapidamente demais com semelhante declaração. Poderia reprimir a discussão e privá-lo de informações que talvez sejam úteis na sua ajuda às pessoas, embora você pessoalmente não seja edificado por aquilo que ouve.

TABELA 1*

Algumas Diretrizes para Escutar bem

1. Prepare-se para prestar atenção:

- a. ***Intelectualmente:*** Ler sobre o ponto sob discussão pode ajudar-lhe a ouvir inteligente e criticamente. Não evite assuntos difíceis.
- b. ***Fisicamente:*** Uma vez que ouvir é uma tarefa árdua, descanse bastante antes de fazê-la. Não se posicione de uma maneira que induza o ajudando pensar que você está cansado ou desinteressado.

* Adaptado de *Lisening Evangelism*, de Masaki Kakilani (manuscrito inédito apresentado à Trinity Evangélica! Divinity School, Deerfield, Illinois, em dezembro de 1978.)

c. **Mentalmente:** Compreenda que se você realmente deseja ouvir outra pessoa, isto irá aumentar a sua efetividade no fazê-lo.

Decida que, ao ouvir, você está aprendendo. Daniel Webster disse uma vez que ele aprendia mais por ouvir homens inteligentes do que por ler livros. Ouvir não é apenas um dos melhores meios de aprender novas informações e idéias, mas é também um dos melhores meios para aprender acerca das pessoas — aquelas a quem você escuta.

Esteja cômico de que concentração não é uma atitude fácil, e que ouvir exige disciplina.

Reconheça que não-ouvir é igual à indiferença, e esta não ajuda a ninguém.

Entenda que aprender a ouvir a outras pessoas nos ajuda a aprender como ouvir a Deus.

Abandone totalmente a idéia de que ouvir é menos importante que falar. Um mau ouvinte será, provavelmente, um péssimo falante.

Não pense que você já descobriu todas as implicações desta idéia que você agora está aprendendo.

2. Avalie o conteúdo bem como o modo por que ele é exposto.

Nós olhamos para o falante e freqüentemente nos concentramos no que vemos mais do que no que ouvimos. Podemos compreender melhor o conteúdo da conversa se prestarmos atenção às pistas verbais e às não-verbais do falante.

3. Controle suas emoções.

Você pode sentir-se sobrecarregado pelos seus próprios problemas emocionais, e ser tentado a parar de ouvir intencionalmente. Não pare de ouvir porque você se antipatizou com a outra pessoa. Seja paciente com o que ela diz.

4. *Resista às distrações.*

Nós somos distraídos não somente pelo que ouvimos mas também pelo que vemos e pensamos. Um bom ouvinte, instintivamente, enfrenta tais distrações.

5. *Preste atenção.*

A atenção é necessária ao bem ouvir. Tente interessar-se pelo que está sendo dito. Olhe à pessoa que está falando. Incline-s em direção à pessoa enquanto ela está falando.

6. *Aproveite-se do fato que você pode pensar mais rápido do que a outra pessoa pode falar.*

- a. Pense adiante.
- b. Pese o que você está ouvindo.
- c. Revise o que você já ouviu.
- d. Atenção às entrelinhas.

7. *Não faça perguntas em demasia.*

Evite especialmente perguntar *porquê?*

8. *Tente não interromper.*

9. *Prenda-se ao assunto do falante.*

10. *Use as palavras do falante para colocar seus próprios pontos.*

11. *Não pregue.*

12. *Devagar com os conselhos.*

A maioria das pessoas não quer e prontamente ignoram-nos quando os ouvem.

13. Não argumente.

Não tente persuadir seu ajudando por tornar-se mais argumentativo, pois isso confirma suas próprias crenças e deixa-o surdo para qualquer tipo\de racionalidade acerca do assunto. Se você vencer a discussão você pode perder um amigo. Se você perder, você pode perder o respeito dele. De qualquer maneira, você nada tem a ganhar, nem o seu ajudando.

14. Não procure por fatos adicionais para satisfazer sua própria curiosidade.

Este não é o seu propósito.

b) Orientar. Às vezes empregamos técnicas que encorajam o aconselhando a falar. Queremos que reparta seus sentimentos, que diga o que está pensando, e descreva o que fez ou não fez para solucionar o problema.

Talvez haja poucas coisas mais frustrantes, especialmente para o conselheiro novato, do que um auxiliado que cerra a boca e se recusa a falar. Em tais ocasiões, podemos fazer uma pergunta que *não* seja passível de uma mera resposta "sim" ou "não" ("O que está pensando agora mesmo?" "Conte-me mais acerca dos seus pais." "Pode me dar um exemplo de não se entender bem com a sua esposa?") Podemos resumir a situação do auxiliado conforme nós a vemos, para termos certeza de que entendemos corretamente; talvez façamos um comentário que convide a uma resposta ("O que aconteceu então?" "Para onde foi depois disto?" "O que pensa que lhe acontecerá agora?"); ou talvez empreguemos uma técnica que os psicólogos chamam de refletir.

Refletir é dizer em palavras diferentes aquilo que, segundo parece, o auxiliado está sentido ("Assim você deve ter sentido bem!", "Parece-me que ela o deixou bastante furioso," "A impressão

que tenho é que você se sente bastante culpado por causa do que fez"). O refletir também pode envolver a declaração dos pensamentos numa nova forma ("Estou captando o fato de você não ter certeza acerca de uma data?", "Quer dizer que você não entende o seu professor?") ou uma descrição do comportamento ("Neste momento, você parece bastante tenso", "Está sorrindo, mas estou com a impressão que está muito magoado por dentro"). Depois de qualquer uma destas respostas, o auxiliado deve receber a oportunidade para comentar — mesmo se o comentário for dizer ao ajudador que deixou completamente de entender o essencial.

Na medida em que empregamos respostas orientadoras, nosso alvo é estimular o auxiliado a declarar os seus sentimentos ou propósitos, e encorajar um exame honesto do seu comportamento. O propósito não é tanto obter informações para nós mesmos, mas ajudar o auxiliado a ter clareza quanto ao seu problema. Aí então ele pode avançar ao ponto de obter nova compreensão ou de adotar alguma atuação que leve a efeito uma mudança.

Jesus empregou comentários orientadores quando andou juntamente com aqueles dois homens desanimados no caminho para Emaús. "Que é isso que vos preocupa e de que ides tratando à medida que caminhais?" perguntou. Quando Cléopas descreveu as coisas recentes que tinham ocorrido em Jerusalém, Jesus disse: "Quais?" (Lucas 24:17-19). Estas foram perguntas orientadoras que levaram os homens a falar.

c) Apoiar. Esta palavra não dá a entender, de modo algum, que o ajudador sustenta aqueles que são psicologicamente aleijados, de modo que nunca aprendam a enfrentar os seus problemas sozinhos. Mesmo assim, o apoio reconhece que é difícil para um auxiliado abrir seu coração, falar em fracassos, reconhecer pensamentos ou ações pecaminosos ou confessar que algum problema o derrotou. Falar abertamente — especialmente a um conselheiro cristão — é arriscar ser rejeitado, criticado ou ostracizado. É por isso que as pessoas freqüentemente guardam sigilo quanto aos seus fracassos e pensamentos interiores. Se contarmos aos outros, podem nos prezar menos, ou até se esquivar de nós. Este temor da rejeição está na base de boa parte do comportamento hipócrita que se vê na nossa sociedade.

A Bíblia, porém, nos informa que devemos confessar as nossas faltas, não somente a Deus em oração, mas também uns aos outros (Tiago 5:16). Ao escutar tais confissões, a reação do ajudador não deve ser ficar chocado ou rejeitar, mas também não queremos ser coniventes com o comportamento pecaminoso nem fingir que não tem importância. O cristão, com simpatia, carrega os fardos do auxiliado juntamente com ele (Gl 6:2; Rm 15:1). As vezes, nos regozijamos com o auxiliado por causa dalguma vitória, mas em outras ocasiões talvez até mesmo choremos com ele (Rm 12:15). Se houver pecado, encorajamos o auxiliado a confessá-lo, e ficamos firmes ao lado dele enquanto trabalha na mudança das suas atitudes ou do seu comportamento. Damos apoio emocional e espiritual ao auxiliado na medida em que este dá os passos em direção à maturidade e ao crescimento espirituais.

d) Confrontar. É possível que o ajudador escute, faça comentários orientadores e apóie um auxiliado que, apesar disto, não melhora de algum modo. É porque o problema do auxiliado, em muitos casos, está arraigado em comportamento, atitudes ou pensamentos que precisam de ser mudados. Para ocorrer semelhante transformação, o auxiliado precisa de enfrentar suas próprias ações, e o ajudador deve ajudar no desenvolvimento deste processo com um confronto firme porém gentil.

Jesus praticava grande quantidade de confrontação. Confrontava os fariseus com a sua hipocrisia, os discípulos com sua falta de entendimento, Marta com suas atividades excessivas e o jovem rico com seus valores erroneamente colocados. Parece, na realidade, que a confrontação fazia parte central do modo de Jesus lidar com os outros. Era uma técnica que passou para a igreja primitiva, e ocorreu com a maior clareza quando Paulo confrontou Pedro com sua capitulação covarde diante das exigências dos assim-chamados judaizantes (G3 2:1-21).

A confrontação envolve a indicação do pecado na vida de um auxiliado, mas não é limitada a isto. Podemos confrontar os auxiliados com seu comportamento inconsistente ("Você diz que ama a sua esposa, mas a trata mal." "Alega gostar de esportes mas nunca participa") ou com seu comportamento de auto-derrota ("Quer ter sucesso, mas estabelece alvos tão elevados que tem certeza de que fracassará") ou com sua tendência a evitar as

questões difíceis ("Você diz que quer crescer espiritualmente, mas cada vez que surge esta questão difícil, você muda de assunto").

A confrontação é uma tarefa difícil. Deve ser feita de modo suave, e sem julgar (Gl 6:1; Mt 7:1), mas o ajudador deve ter coragem suficiente para desafiar a resistência aberta ou passiva de um auxiliado que talvez não queira enfrentar a realidade do pecado ou da inconsistência na sua vida. Lembre-se de que a tarefa do ajudador não é condenar, mas, sim, ajudar, não despertar problemas, mas, sim, *curar*. Às vezes, no entanto, a cura deve ser precedida por cirurgia dolorosa. Reconheça, portanto, que o auxiliado pode se sentir ameaçado quando é confrontado. O ajudador, portanto, deve dar apoio mesmo enquanto confronta, e deve dar ampla oportunidade para o auxiliado responder à confrontação ou mediante a expressão das suas reações ou mediante a alteração do seu comportamento. Na ajuda, estamos trabalhando *juntos* para solucionar um problema, mais ou menos como time de pessoas iguais — não como um conselheiro-juiz que domina sobre o auxiliado-vítima.

e) *Ensinar*. Basicamente, o aconselhamento realmente é isto. O auxiliado está aprendendo como agir, sentir e pensar de modo diferente; o ajudador está desempenhando o papel de professor.

O ensino, naturalmente, pode ocorrer de várias maneiras. Pode envolver a instrução, o aconselhamento, ou a informação ao auxiliado quanto àquilo que deve fazer. Frequentemente, porém, esta orientação verbal tem pouco impacto sobre um auxiliado. Usualmente, é mais eficaz quando o ajudador demonstra mediante o seu comportamento como viver ou pensar de modo mais eficaz; oferecer louvor, encorajamento ou outros reforços quando o auxiliado mostra uma melhoria; e cooperar com o auxiliado enquanto faz decisões, empreende ações, e avalia o que está fazendo para transformar-se.

Todas estas técnicas de socorro descrevem aquilo que o conselheiro-ajudador faz no seu aconselhamento, mas é igualmente importante a' questão de alvos. Para onde caminha o aconselhamento e o que procura realizar?

Tudo isto se refere ao processo da ajuda.

Este é um tópico de debate de grande importância entre conselheiros profissionais. Alguns vêem o aconselhamento como sendo um procedimento altamente complexo, mas escritores mais recentes simplificaram consideravelmente o processo. Egan,³ por exemplo, alista quatro etapas: atender ao aconselhando e edificar harmonia; responder ao aconselhando e ajudá-lo a explorar seus sentimentos, experiências e comportamento; edificar entendimento no conselheiro e no auxiliado e estimular ação que subsequente passa a ser avaliada pelo conselheiro e pelo auxiliado juntamente.

Um psicólogo chamado Lawrence Brammer tem uma lista mais longa, porém semelhante: abrir a entrevista e declarar o(s) problema(s); esclarecer o problema e os alvos para o aconselhamento; fazer a estrutura do relacionamento e procedimentos do aconselhamento; edificar um relacionamento mais profundo; explorar os sentimentos, comportamento, ou pensamentos; resolver adotar alguns planos de ação, experimentá-los e avaliá-los; e terminar o relacionamento⁴

Em grande medida, aquilo que fazemos no aconselhamento dependerá do tipo de problema envolvido, das personalidades do ajudador e do auxiliado, e da natureza do relacionamento entre eles. Baseando-se nas sugestões de Egan e Brammer; ou sugeriria que o processo de aconselhamento tem, no mínimo, cinco passos, todos os quais estão claramente ilustrados na Bíblia.

- a. *Edificar um relacionamento* entre o ajudador e o auxiliado (João 6:63; 16:7-13; 1 João 4:6).
- b. *Explorar os problemas*, procurando esclarecer as questões difíceis e estabelecer o que foi feito no passado para enfrentar o problema (Rm 8:26).
- c. *Decidir quanto a um curso de ação*. É possível que haja várias alternativas possíveis, a serem ensaiadas uma por uma (João 14:26; 1 Co 2:13).
- d. *Ação estimulante* que o ajudador e o auxiliado avaliam juntos. Quando alguma coisa não funciona, faça outra tentativa (João 16:13; Ar 10:29, 20; 16:6).
- e. *Terminar o relacionamento de aconselhamento* e encorajar o auxiliado a aplicar o que aprendeu, agora que começa a avançar sozinho (Rm 8:14).

Boa parte disto é belamente ilustrada por Jesus no caminho de Emaús.

Quando Se encontrou com os dois homens, Jesus empregou uma variedade de técnicas para ajudá-los a passar pela sua crise período de desânimo. Nota-se que esta situação de aconselhamento não ocorreu num gabinete: não havia uma hora de 50 minutos, nenhum diploma de doutor na parede, nem altos emolumentos; o aconselhamento de Jesus foi oferecido numa estrada poeirenta enquanto as três pessoas estavam andando.

Em Lucas 24 vemos que *o próprio Jesus se aproximou* dos homens e começou a viajar com eles. Aqui houve a edificação de harmonia, a demonstração de interesse nas suas necessidades e uma disposição para se encontrar com eles onde quer que estivessem. Como Jesus, o ajudador deve estar disposto a acompanhar os seus auxiliados a fim de que haja a verdadeira eficácia terapêutica. A indiferença raras vezes leva ao aconselhamento bem-sucedido.

Enquanto andavam, Jesus começou a fazer umas perguntas muito não-diretivas: "De que ides tratando?", perguntou. Enquanto Ele começou a explorar o problema juntamente com eles, responderam com uma pergunta a Ele.

"És o único, porventura, que, tendo estado em Jerusalém, ignoras as ocorrências destes últimos dias?"

A resposta de Jesus é uma típica resposta centralizada no paciente. "Quais?" perguntou, e os homens começaram a falar.

Enquanto viajavam, *Jesus passou muito tempo escutando*. Certamente não concordava com aquilo que diziam, mas escutava assim mesmo, dando-lhes oportunidade suficiente para expressarem a sua frustração, e mostrou-lhes o amor que O enviou para morrer era prol dos pecadores em primeiro lugar.

Depois de certo período de tempo, *Jesus confrontou* estes homens com seus mal-entendimentos quanto à lógica, e sua falta de entender as Escrituras. A confrontação foi suave, porém firme, e deve ter dado início ao processo de estimular os homens a transformar o seu pensamento e comportamento. Depois, *Jesus começou a ensiná-los*, explicando as coisas da Bíblia que diziam

respeito ao seu problema. Hoje, séculos mais tarde, o aconselhamento mais freqüentemente coloca o conselheiro no papel de professor que ajuda os seus aconselhados a aprender onde erraram e como podem chegar a pensar ou comportar-se de modo mais eficiente.

No fim da viagem, *Jesus Se aproximou mais* ao aceitar um convite dos dois homens para tomarem uma refeição juntos. Em qualquer situação de aconselhamento, é importante ficar perto do aconselhando, emocional e psicologicamente, conservando em mente todos os problemas éticos que isto pode envolver.

Depois, aconteceu uma coisa interessante. É algo que todo ajudador sonha em fazer com alguns dos seus auxiliados — especialmente com os mais difíceis. Jesus "desapareceu da presença deles!" Ao fazer assim, *Jesus os deixou por conta própria é os incentivou à ação*. Este é o alvo final de toda a ajuda — levar o ajudado a um ponto de independência onde já não há necessidade alguma de depender do auxílio do ajudador.

Noutras situações, Jesus empregou técnicas diferentes de ajuda. Com Nicodemos, levou a efeito um debate racional acerca de apologetica. Encorajou e apoiou a mulher tímida com a hemorragia, confrontou a mulher ao lado do poço com a sua imoralidade, mandou a mulher presa em flagrante adultério não pecar mais, criticou os orgulhosos fariseus de modo muito direto, preparou Seus discípulos para o futuro, ao enviá-los dois a dois, e em todo tempo era o modelo de como se deve viver a vida cristã.

Seguindo nos Seus passos, o conselheiro cristão deve viver uma vida em estreita comunhão com Deus, evitando o pecado na sua vida e confessando-o quando ocorre. Devemos encontrar-nos com as pessoas onde estão, aceitá-las como indivíduos a serem amados mesmo se o seu comportamento é pecaminoso e pouco amável, procurar a todo tempo ser o modelo que Deus quer que sejamos, e empregar toda técnica que é consistente com a Escritura e que levará o comportamento, o pensamento e o sentimento a maior conformidade com a Palavra de Deus.

Uma palavra de cautela é necessária neste ponto. Em cada uma das abordagens supra, inclusive o aconselhamento por Jesus no caminho para Emaús, há um longo período de escuta e de edificação de harmonia. Os conselheiros principiantes muitas vezes estão ansiosos demais para dar logo as respostas ou forçar o

auxiliado a agir. Deve haver um longo período de compreensão e exploração antes de começarmos a nos precipitar para as soluções

Princípio n.º 6 para a Ajuda às Pessoas

O alvo final da ajuda é transformar nossos auxiliados em discípulos e discipuladores. Esta declaração poderia ser alvo de graves mal-entendimentos. Parece dar a entender que o aconselhamento se preocupa somente com assuntos espirituais, ou que o alvo mais importante é "levar as pessoas à salvação" ao invés de ajudá-las com seus problemas.

Para esclarecemos este sexto princípio, pensemos por momentos no médico cristão. Como todos os demais crentes, também tem a responsabilidade de fazer discípulos, mas na sala das emergências (UTI), não saca a sua Bíblia para começar a pregar. Começa com as pessoas onde estão sentindo dor. Demonstra o amor de Cristo através das suas ações e da sua solicitude, reconhecendo que o alívio do sofrimento honra a Cristo e que freqüentemente é um passo para a evangelização (Pv 14:31; Mt 10:42). O médico não evita conversação acerca de questões espirituais, mas esta não é a parte principal do seu tratamento.

No processo do discipulado há, no mínimo, cinco passos. Devemos levar a efeito o contato, testemunhar verbalmente, levar as pessoas ao ponto de conversão, ajudá-las a crescer como discípulos, e ensiná-las a discipular outros. Muita coisa já foi escrita acerca da evangelização e do testemunho, mas é só recentemente que vemos uma ênfase dada à edificação de discípulos. O ajudador se importa com tudo isto, mas são importantes algumas conclusões.

a) O ajudador pode entrar numa vida a qualquer ponto nestes cinco passos. Pode lidar com um descrente que nunca ouviu o evangelho, ou pode aconselhar um santo maduro que já há muitos anos está crescendo como discípulo e discipulador. De onde tiramos a idéia de que o aconselhamento deve ser limitado aos crentes? "Enquanto tivermos oportunidade," declaram as Escrituras, "façamos o bem a todos, mas principalmente aos da família da fé" (Gl 6:10).

b) O ajudador pode levar o auxiliado por todas as cinco etapas, ou pode ficar com ele por um certo tempo, tendo alguma

influência na sua vida, e depois afastando-se enquanto outra pessoa assume a responsabilidade. Às vezes, uma pessoa faz o contato e até aconselha um pouco, outra pessoa dá testemunho, uma outra leva a pessoa a Cristo, e, depois, o discipulado é assumido por outras pessoas. A vida de cada um de nós é tocada por uma multidão doutras vidas. Como ajudadores, não precisamos ser possessivos com nossos auxiliados, nem tomar por certo que somente nós podemos ajudar.

c) O lado espiritual pode ser introduzido de modo rápido e abrupto demais. Alguns auxiliados têm sido repelidos no passado por cristãos bem-intencionados porém atrevidos que surgiram em cena numa corrida para apresentar o evangelho ou dar ministérios sobre como viver uma vida melhor. O ajudador deve ser sensível à orientação do Espírito Santo, e às vezes nem sequer menciona as coisas espirituais. Às vezes uma abordagem ao discipulado em tom menor é o melhor modo de começar.

d) A ajuda, como o discipular, envolve a totalidade do corpo de Cristo. Em Romanos 12, 1 Coríntios 12, e noutras partes das Escrituras, lemos que o corpo existe para o apoio, ajuda, o levar de fardos e edificação mútuos. Já nos deixamos cair por demais rapidamente dentro da idéia de um aconselhe-mento tipo um-a-um. A igreja deve ser uma comunidade terapêutica que apóia o trabalho dos ajudadores individuais e o crescimento dos auxiliados.⁶

e) O aconselhamento no discipulado diz respeito à pessoa inteira. O homem é uma unidade que raramente tem uma necessidade puramente espiritual, uma anormalidade unicamente psicológica, um conflito somente social, ou uma doença meramente física. Quando alguma coisa desanda com um aspecto da pessoa unificada, a totalidade do ser do indivíduo é afetada. Quem cura pode especializar-se na medicina, na psicoterapia, ou no aconselhamento espiritual, mas cada um deve lembrar-se de que não há linha divisória nítida entre o que há de espiritual, de emocional, de volitivo ou físico no homem. Certo sintoma pode clamar pela cura, mas neste momento o corpo inteiro está fora dos eixos. Não devemos lidar somente com a parte espiritual e esquecer-nos das necessidades psicológicas ou físicas; todas elas fazem companhia entre si, e o ajudador que se esquece disto faz um desserviço ao seu auxiliado e ao seu Senhor.

Estes, pois, são os princípios do aconselhamento no discipulado. Dizem respeito à importância do ajudador, da atitude do auxiliado, do relacionamento de socorro, à importância do sentimento, do pensamento e das ações, ao uso de habilidades de ajuda, e do alvo do discipulado. Agora voltamos a nossa atenção a algumas das maneiras pelas quais esta abordagem pode concretizar-se na prática.

4. AJUDANDO DE AMIGO PARA AMIGO

Se você tivesse um problema e precisasse de ajuda, a quem iria? Pense nalgum especificamente, pelo nome.

As possibilidades pendem em favor da escolha dalguém que é amigo, parente, ou outro colega íntimo. Não há uma suficiência de conselheiros profissionais para satisfazer as necessidades de todas as pessoas na comunidade, e ainda que fosse disponível tal ajuda, muitas pessoas a evitariam.

Há certo número de razões para isto. O conselheiro profissional custa caro, ao passo que o aconselhamento de um amigo nada custa. O profissional está menos disponível por causa do seu horário de atendimento; o conselheiro amigo talvez more na casa vizinha, ou esteja tão próximo quanto o telefone. Fazer consulta com um profissional envolve um certo estigma que não ocorre com o conselheiro amigo. "Se preciso ir ao psiquiatra", muitas pessoas pensam, "devo estar com problemas sérios."

Falar com o vizinho, cada um do seu lado da cerca do jardim, é muito menos ameaçador. Além disto, muitas pessoas têm medo dos profissionais, e os vêem como "leitores da mente" ou "caçadores de cabeças," mas não é assim que usualmente pensamos acerca dos conselheiros não-profissionais. Consultar um amigo pode ter seus riscos, especialmente se nos sentimos envergonhados por compartilharmos com ele alguns detalhes íntimos da nossa vida, mas compartilhá-los com um estranho que nunca conhecemos antes pode ser até mais traumático. Lembro-me muito vividamente de uma senhora que veio ao meu gabinete e declarou que não dormira durante três noites por preocupação com a nossa entrevista. Esta ansiedade dá ao profissional um

problema com a edificação de harmonia que o não-profissional quase nunca encontra.

Se é verdade que muitas pessoas, e até mesmo a maioria delas, quando necessitadas, voltam-se para um amigo na procura de ajuda, então mais atenção deve ser dada ao aconselhamento da parte de amigos — especialmente ao aconselhamento da parte de amigos cristãos. Os leigos das igrejas já estão oferecendo quantidades relevantes de aconselhamento nas suas igrejas e comunidades. Se estes amigos conselheiros (ou "para-profissionais", conforme o termo mais técnico) podem reconhecer as suas limitações, podem, com bem pouco treinamento, fazer um impacto relevante sobre as pessoas entre as quais vivem. Esta é uma verdadeira ajuda às pessoas.

Em nossa discussão do aconselhamento da parte de amigos, examinemos cinco perguntas muito importantes: Funciona o aconselhamento de amigo para amigo? O aconselhamento é um dom que certas pessoas possuem em grau especial, ou é alguma coisa que toda pessoa pode fazer? Como é que os amigos conselheiros podem ser tornados mais eficazes? Quais são os alvos do amigo conselheiro? Quais são os perigos do aconselhamento da parte de amigos? Estas são perguntas que todos quantos dão aconselhamento devem considerar com seriedade.

FUNCIONA O ACONSELHAMENTO DE AMIGO PARA AMIGO?

Há vários anos, um psicólogo chamado Robert Carkhuff fez um levantamento cuidadoso de todas as pesquisas que tinham estudado a eficácia dos "ajudadores leigos", conforme ele os chamava.¹ As conclusões deste levantamento psicológico foram espantosas. Quando se fez a comparação entre os conselheiros leigos, com ou sem treinamento, e os profissionais, descobriu-se que "os pacientes dos conselheiros leigos melhoram tanto quanto os pacientes dos conselheiros profissionais, ou até mais."² Este resultado era sempre assim, quer os amigos conselheiros trabalhassem com adultos normais que tinham problemas de convívio, com crianças, com pacientes de ambulatório de clínica psiquiátricas ou com pacientes severamente perturbados nos hospitais psiquiátricos. Fica claro que há fortes evidências para

apoiar a conclusão de que os amigos conselheiros são eficazes — às vezes até mais do que os profissionais altamente treinados.

Certo número de razões foram sugeridas para explicar este resultado. Em contraste com os profissionais, o amigo conselheiro (a) está mais próximo do auxiliado, conhece-o como amigo e, assim, é mais capaz de entender seu problema e captar indicadores não-verbais ou de demonstrar uma empatia mais sincera; (b) está mais freqüentemente disponível, e, portanto, pode oferecer ajuda consistente e sempre quando é especialmente necessária; (c) em muitos casos, sabe muita coisa acerca da família do auxiliado, da sua situação no trabalho, das suas crenças, da sua vizinhança e, portanto, pode participar mais ativamente em orientar decisões, ou em ajudar o auxiliado a transformar a situação da sua vida; (d) pode comunicar na linguagem — inclusive na gíria ou na língua materna — que o auxiliado pode entender com facilidade; e (e) é mais prático, relaxado, aberto, informal, e propenso a injetar um pouco de humor que alivia a tensão. O conselheiro profissional amiúde está procurando trabalhar de acordo com alguma teoria de aconselhamento altamente complexa. Preocupa-se com o emprego da técnica correta, a manutenção de uma imagem profissional, e o sucesso na sua vocação. O amigo conselheiro não dá o mínimo valor a qualquer destes aspectos. Nada sabe acerca da teoria, não está procurando galgar uma reputação como conselheiro, e não se interessa em receber pagamento. Visto que seu interesse primário é ajudar outro ser humano, todos os seus esforços se dirigem naquela direção, e freqüentemente acaba prestando um serviço melhor do que seu colega profissional altamente treinado.

O ACONSELHAMENTO DE AMIGO PARA AMIGO É UM DOM?

Muitas vezes ouço falar acerca de estudantes e doutras pessoas que não têm treinamento no aconselhamento, mas que descobrem que outras pessoas sempre vêm a eles, procurando ajuda. O seu telefone parece que sempre está tocando — às vezes para a consternação da sua família — ou as pessoas passam pelo seu lar ou internato a qualquer hora do dia ou da noite para conversar informalmente acerca das suas necessidades pessoais. Por que algumas pessoas parecem ser conselheiros natos, ao passo que outras não têm interesse ou capacidade aparente nesta área,

de modo algum? Será possível que algumas pessoas têm dons especiais ou têm capacidades inatas na área do aconselhamento?

Todo Cristão Deve Ser um Ajudador de Pessoas

Segundo a Bíblia, todo cristão deve ter uma solicitude prática e sacrificial com as necessidades dos seus semelhantes. Tiago nos relembra repetidas vezes que nossa fé está morta se não se demonstra na solicitude prática para com os outros (Tiago 2:14-20). Esta mesma idéia é enfatizada noutras partes das Escrituras. Todos nós devemos preocupar-nos com os interesses do nosso próximo (Fp 2:4). Todos nós recebemos ordens no sentido de alegrar-nos com os que se alegram, e de chorar em empatia apoiadora com aqueles que choram (Rm 12:15). Todos nós temos instruções para edificar-nos mutuamente, para admoestar uns aos outros, para encorajar os desanimados, para ajudar os fracos, e para ter paciência com as pessoas entre as quais vivemos (1 Ts 5:11, 14). Todos os homens e mulheres espirituais têm a responsabilidade de suavemente sarar ou restaurar aqueles que caíram no pecado, e todos devemos envolver-nos na tarefa de suportar as cargas uns dos outros (Gl 6:1, 2). Sempre quando surge a oportunidade, devemos "fazer o bem a todos," e especialmente aos que são crentes juntamente conosco (Gl 6:10). É claro, portanto, que todo cristão deve atingir outras pessoas com amor, e aconselhar é uma das maneiras de alcançá-las. Quando os membros da nossa família, nossos vizinhos, nossos companheiros de trabalho, ou os membros da igreja conversam conosco informalmente acerca de algum evento na vida deles, ou de algum problema difícil, nós que somos motivados pelo amor cristão sempre descobriremos que estamos aconselhando, reconhecendo-o ou não, e deliberadamente procurando fazê-lo, ou não.

Um Dom Especial para Ajudadores de Pessoas

Embora todo cristão tenha uma responsabilidade de ajudar e de aconselhar aos outros, é provável que o aconselhamento seja um dos dons espirituais que é dado para a edificação da igreja e para o fortalecimento dos crentes individuais. No seu livro *Love Therapy* (Terapia pelo Amor), Paul Morris sugere que é errado tirar a conclusão de que todos os cristãos tendo recebido entendimento

correto da Escritura, são competentes para aconselhar.. . Que o aconselhar é um dos dezoito ou tantos "dons espirituais" é, para mim, assunto que não precisa de debate. E Deus não deu este dom a todo crente, assim como não deu a todo crente o dom de "línguas" ou de "pastor-mestre". Conheço pessoas que nunca foram para o seminário e mesmo assim possuem este dom. Não teria receio em confiar a tais pessoas a minha mãe ou até o pior psicótico "incurável". São os conselheiros mais competentes no mundo inteiro Estes homens e mulheres receberam *capacidade sobrenatural* da parte de Deus, que não possuíam antes de Ele o dar.

Tendo dito isto, desejo dizer que o dom do aconselhamento não é confinado a relativamente poucas pessoas. É bastante divulgado. ... O treinamento na Escritura e na ciência da psicologia aplicada ressalta grandemente a eficácia dalguém que possui este dom. Quanto mais a pessoa sabe, tanto mais o dom pode ser usado.³

Não devemos tirar a conclusão de que somente as pessoas com dons especiais devam ser envolvidas no aconselhamento. Quanto a isto, a ajuda às pessoas é semelhante à evangelização ou ao ensino. Embora alguns crentes tenham um dom especial de evangelista (Ef 4:11), todo cristão deve ser uma testemunha, procurando ganhar homens e mulheres para Cristo. Alguns cristãos têm dons especiais como mestres (Rm 12:7 e Ef 4:11), mas todos nós temos a responsabilidade de ensinar os nossos filhos e outras pessoas. Da mesma maneira, todos devemos levar as cargas do nosso próximo e ajudar as pessoas, embora alguns tenham um dom especial de aconselhamento.

Morris sugere que as pessoas que possuem este dom terão forte desejo de se envolverem na ajuda às outras pessoas no tocante aos seus problemas, descobrirão que seus esforços frequentemente dão resultados positivos e construtivos, e se empenharão em empregar seu dom de aconselhamento na edificação da igreja. É possível, além disto, que estas sejam as mesmas pessoas que sempre se vêem abordadas por aqueles que têm necessidade de aconselhamento.

Em Romanos 12:8 lemos acerca do dom da exortação. A palavra grega aqui é *paraklesis*, que significa "chegando ao lado para ajudar." A palavra subentende atividades tais como a

admoestação, a consolação, o apoio e o encorajamento das pessoas para enfrentarem o futuro. Tudo isto parece ser o aconselhamento, e se refere a um dom que Deus deu a um grupo selecionado de crentes.

Todo conselheiro cristão, profissional ou para-profissional, é instrumento do Espírito Santo. É somente Ele que ajuda as pessoas, embora freqüentemente o faça através de nós (João 14:16, 26). Sem dúvida, o Espírito Santo emprega todos os crentes nesta tarefa, mas aqueles que têm o dom de aconselhamento são Seus instrumentos especiais para ajudar as pessoas em tempo de necessidade.

COMO SÃO TREINADOS OS AMIGOS CONSELHEIROS?

Quando Robert Carkhuff estava fazendo seu levantamento de amigos conselheiros e de conselheiros profissionais, resolveu examinar com cuidado o modo de serem treinados os conselheiros. Mais uma vez, suas descobertas foram espantosas. No começo do seu treinamento, o profissional faz um trabalho melhor na ajuda às pessoas do que o leigo. Na medida em que o treinamento continua, no entanto, o profissional fica sendo sempre menos eficaz, de modo que amiúde acaba fazendo um trabalho pior do que o conselheiro leigo, sem treinamento.¹

Tendo por base estas evidências, poderíamos tirar a conclusão de que o amigo conselheiro não deve receber treinamento algum — especialmente da parte de um profissional. Será que o treinamento estraga a nossa eficácia como conselheiros? A certo ponto na sua carreira, Paul Tournier ficou pensando se deveria tornar-se psiquiatra, mas seus amigos na psiquiatria desencorajaram esta idéia. "Não fique sendo um de nós, " advertiram. "Este treinamento o reprimiria e tiraria o seu calor e espontaneidade."

O problema, no entanto, não diz respeito tanto à necessidade ou não de um amigo conselheiro obter treinamento. A verdadeira questão difícil diz respeito ao *tipo* de treinamento que a pessoa recebe. Os programas profissionais de treinamento freqüentemente se focalizam em métodos sofisticados de pesquisa, teorias complexas de personalidade, e análises complicadas de históricos pessoais. Tudo isto desvia o aprendiz das pessoas, e ensina-o que

o conhecimento das técnicas ou a conformidade com certa teoria de aconselhamento é mais importante do que o íntimo convívio com as pessoas que estão sofrendo.

Por contraste, o não-profissional freqüentemente é menos intelectual do que o profissional, menos preocupado em fazer o diagnóstico certo ou em empregar a melhor técnica, e sem o mínimo interesse na teoria ou na pesquisa. Quer ajudar as pessoas, e muitas vezes não está disposto a seguir um programa de treinamento prolongado e complicado. O treinamento que recebe, portanto, usualmente é breve, porém intensamente prático, e é orientado para desenvolver a empatia, o calor, a autenticidade, e os demais traços de personalidade que levam ao aconselhamento eficaz. O treinamento para os amigos conselheiros (e provavelmente para profissionais) deve ser com pés no chão e prático, lidando com os problemas reais que pessoas reais têm na sua vida. Embora os profissionais possam contribuir grandemente ao processo de treinamento, é possível que outros amigos conselheiros e até mesmo nossos auxiliados possam nos ajudar a aprender.⁵

Certo número de abordagens diferentes tem sido desenvolvido para treinar amigos conselheiros,⁶ mas alguns aspectos deste treinamento existem em comum em quase todas as abordagens. Estas técnicas de treinamento são importantes não somente para os próprios amigos conselheiros, mas também para aqueles que têm interesse em ajudar outras pessoas, por sua vez, a se tornarem amigos conselheiros.

Selecionar Cuidadosamente

E importante *selecionar cuidadosamente os aprendizes*. Há provavelmente alguma verdade na idéia antiga de que as pessoas que entram no aconselhamento amiúde fazem assim para solucionar seus próprios problemas. Talvez pensemos que *realmente* queremos ajudar os outros com o nosso aconselhamento, aliviar o sofrimento, ou tornar as pessoas em discípulos melhores de Jesus Cristo, mas é possível que haja outros motivos — a necessidade de se sentir importante, o desejo de ter poder sobre os outros, ou a oportunidade de falar abertamente aos nossos auxiliados acerca do sexo. Segundo certo escritor, "resolver noutras pessoas problemas que não consegue resolver em si

mesmo, e assumir o papel de autoridade e ajudador dos perturbados é um modo comum de escapar das dificuldades pessoais. Além disto, o impulso para penetrar na vida doutras pessoas... amiúde tem sua origem nalguma profunda insatisfação pessoal."⁷

É fácil ficar emocionalmente envolvido com os problemas dos outros, e isto a tal ponto que o ajudador não consegue permanecer objetivo nem controlar a tensão. Passa, então, a desenvolver comportamento doentio em si mesmo, e pode até instigar outras pessoas a se entregarem a comportamento de auto-derrota, que pode então complicar o problema original. Tenho a suspeita de que os profissionais enfrentam os mesmos perigos, mas que o seu treinamento os ajuda a permanecer mais objetivos, e menos inclinados a empregar as sessões de aconselhamento para solucionar seus próprios problemas — mais dispostos a aquilatar seu comportamento e seus motivos no aconselhamento com a opinião objetiva de supervisores ou doutros conselheiros. O lugar onde se deve evitar alguns destes problemas, no entanto, é bem no começo. O ajudador em perspectiva deve cuidadosa e honestamente examinar seus motivos para desejar fazer aconselhamento, e o treinador deve fazer o mesmo.

Focalizar-se na Pessoa

O treinamento eficaz terá *de focalizar-se no conselheiro em perspectiva como pessoa*. Se "em qualquer relacionamento de ajuda, a personalidade, os valores, as atitudes e as crenças do ajudador são de importância primária," então estes devem ser de importância primária num programa de treinamento. Devem ser levados em consideração os aspectos fortes e fracos do ajudador. Se você quiser ajudar as pessoas através do aconselhamento, deve examinar-se à luz da Escritura (SI 119:9-11; 139:23, 24) e procurar, com a ajuda de Deus, fazer mudanças apropriadas na sua vida. Deve examinar suas capacidades e dons especiais, e deve ser honesto o bastante para falar com outras pessoas acerca de si mesmo. Nenhuma pessoa, tem sido sugerido, "pode vir a conhecer-se a si mesmo a não ser como resultado de revelar-se a outro."⁸ Esta auto-revelação deve ser feita a outros seres humanos e a Deus (Tiago 5:16).

À medida em que o amigo conselheiro começa seu trabalho, muitas vezes haverá a necessidade de encorajamento e de apoio psicológico, especialmente quando o aconselhamento se torna difícil. O principiante (e o profissional também) pode sentir amiúde a necessidade de discutir sua própria falta de segurança como ajudador, ou talvez haja a necessidade de conversar acerca das ansiedades e tentações que podem vir quando estamos estreitamente envolvidos com os pormenores íntimos da vida doutra pessoa. Os conselheiros principiantes devem achar uma maneira de considerar estas questões difíceis com alguém que é um ajudador mais experimentado.

Aprender Técnicas

O treinamento apropriado dos ajudadores envolve a *aprendizagem de técnicas*. Quer dizer que devemos ter algum conhecimento daquilo que devemos fazer, embora o conhecimento, por si só, não seja suficiente. A aprendizagem eficaz de técnicas envolve o entendimento daquilo que deve ser feito, a observação doutras pessoas enquanto demonstram as técnicas e, depois, a prática das técnicas.⁹ Saber, observar e praticar são, portanto, da máxima importância no treinamento de conselheiros.

Providenciar Experiência

O treinamento eficaz *deve ser combinado com experiência do próprio trabalho*. Esta idéia faz o profissional sentir-se um pouco apreensivo, porque parece ser uma sugestão no sentido de soltar os noviços sobre pessoas perturbadas que de nada desconfiam, para solucionar os seus problemas ao "brincar de ser psiquiatra". Devemos lembrar-nos, no entanto, que os leigos *já* estão aconselhando pessoas reais, de modo que nossa tarefa é ajudá-los a fazer melhor aquilo que *já estão fazendo*. A idéia de que longos períodos de treinamento devem anteceder a prática está se desfazendo em muitos programas de treinamento. Estudantes de medicina e enfermeiras, por exemplo, vão às salas dos hospitais já no começo do seu treinamento. Envolvemos os novos convertidos no testemunho bem pouco tempo após a sua conversão. O mesmo treinamento no local do trabalho, acompanhado pelo treinamento

teórico, provavelmente vá caracterizar também o futuro treinamento dos amigos conselheiros.

Reconhecer Limitações

Finalmente, devemos ensinar os amigos conselheiros *quando e como fazer encaminhamentos*, e devemos mostrar-lhes que *não há receitas fáceis*. Todo conselheiro gostaria de ter um livro de receitas — um manual de "como fazer" que sempre estaria à disposição para nos dar seis ou oito princípios para enfrentarmos todos os problemas da vida. Não existem tais manuais, e se existissem, não poderiam descrever o comportamento humano em toda a complexidade. Quando o conselheiro principiante acha uma fórmula que reduz todos os problemas e as suas soluções a alguns poucos passos, logo fica entusiasmado, mas logo segue-se o ceticismo. Os principiantes freqüentemente acham que podem aprender a aconselhar perfeitamente, e se fracassam, culpam o seu treinamento ou a sua própria falta de compreensão. É melhor reconhecer que Deus fez cada pessoa sem igual. Cada problema também é sem igual, e requer uma abordagem sem igual, e às vezes não temos sucesso em nossos esforços no sentido de ajudar as pessoas. Em tais ocasiões, o encaminhamento a outro conselheiro pode ser nossa melhor alternativa. Este encaminhamento será discutido com maiores detalhes no Capítulo 7.

QUAIS SÃO OS ALVOS DO AMIGO CONSELHEIRO?

Tem havido muito debate nas revistas de psicologia acerca daquilo que o amigo conselheiro pode fazer apropriadamente. Alguns profissionais têm adotado o ponto de vista de que os leigos devem se restringir a tarefas singelas — tais como atender o telefone, testes de preencher a resposta certa, ou encorajamento — até que o profissional possa chegar com sua perícia, para fazer a psicoterapia. Esta posição é insustentável, e até mesmo convencida, tendo em vista a eficácia comprovada dos amigos conselheiros.

É provável que os amigos conselheiros, do mesmo modo que os profissionais, possam fazer qualquer uma das seguintes coisas, ou todas elas:

- dar apoio em tempos de necessidade;
- encorajar a expressão das emoções;
- ajudar os auxiliados a terem compreensão do seu comportamento problemático;
- confrontar os auxiliados com o pecado, irresponsabilidade, comportamento que leva à derrota, ou inconsistências na sua vida;
- ensinar habilidades sociais;
- encorajar e guiar os auxiliados à medida em que tentam novas maneiras de vencer os problemas, fazer decisões ou lutar para não cair no pecado;
- ajudar as pessoas a achar e utilizar informações;
- trabalhar para evitar comportamento indesejável;
- ajudar aqueles que estão procurando o sentido ou o propósito da vida;
- guiar aqueles que têm problemas teológicos e que procuram respostas;
- desafiar os aconselhados com a necessidade de entregarem a sua vida a Cristo e de crescerem como discípulos;
- encaminhar os aconselhados quando é necessária ajuda profissional ou outra ajuda.

Esta lista não procura ser exaustiva, nem procura ocultar o fato de que a assistência profissional às vezes seja necessária. Se, por exemplo, o auxiliado está pensando em suicidar-se, tem visões ou ouve sons estranhos, tem depressão severa, faz ameaças contra si mesmo ou contra outras pessoas, ou fala e age de modo estranho, então, o treinamento e perícia do conselheiro profissional no tocante a estes problemas severos faz com que o encaminhamento seja uma necessidade. Além disto, talvez haja ocasiões em que alguém tem perguntas teológicas difíceis, queixa-se de sintomas físicos, precisa de ajuda com o planejamento financeiro, ou está com problemas legais. Todas estas situações estão além da experiência e do conhecimento da maioria dos amigos ajudadores. O encaminhamento a um pastor, médico, banqueiro, advogado ou outro perito é o modo melhor para lidar com estas situações, mas sempre devemos lembrar-nos de que o

encaminhamento não é uma confissão de fracasso. Pode ser um passo relevante para ajudar as pessoas com seus problemas.

Alcoólatras Anônimos (AA) tem demonstrado conclusivamente que os amigos podem ser eficazes em ajudar os seus semelhantes, até mesmo no caso de problemas sérios. O movimento AA até mesmo deu origem à idéia de que pessoas com problemas próprios podem às vezes ficar sendo conselheiros excelentes. Talvez poucos concordassem com o escritor que sugeriu que "a melhor maneira de tratar uma pessoa é levá-la a tratar outra pessoa,"¹⁰ mas os amigos conselheiros *podem* providenciar ajuda numa variedade de situações. Desconsiderar amigos conselheiros ou confiná-los às tarefas servis do aconselhamento é desprezar recursos enormes para ajudar pessoas que estão em dificuldades.

QUAIS SÃO OS PERIGOS DO ACONSELHAMENTO DE AMIGO PARA AMIGO?

Na conversação de todos os dias, há algumas coisas que são por demais íntimas para serem assunto de debate. Raramente perguntamos às outras pessoas como vão suas finanças, por exemplo, ou sua vida sexual, suas ansiedades ou a situação do seu casamento. Num relacionamento de ajuda, porém, estes tópicos freqüentemente são discutidos abertamente, pois podem ser as próprias questões difíceis que estão perturbando a pessoa que precisa de ajuda.

A Curiosidade do Conselheiro

Esta liberdade para falar livremente pode levantar algumas questões difíceis quanto à ética, e o amigo conselheiro será sábio se atentar para elas. A primeira questão é a da *curiosidade do conselheiro*. Às vezes, no nosso aconselhamento, esquecemo-nos temporariamente das necessidades do auxiliado, e começamos a pedir informações que primeiramente satisfazem a nossa própria curiosidade. O ajudador deve ficar alerta diante desta tendência, e procurar evitá-la, especialmente quando o tópico da conversação trata de questões que se abeiram do mexerico ou dos pormenores da vida sexual do auxiliado.

Estimulação Sexual

Em estreita conexão com esta questão difícil há aquela da *estimulação sexual*, que pode operar em duas direções (do ajudador para o auxiliado, e vice-versa), e às vezes estimulamos a outra pessoa sem ser esta a nossa intenção, ou sem qualquer de nós ter consciência do que está acontecendo. O conselheiro masculino que coloca seu braço ao redor do auxiliado para dar consolo talvez não reconheça que o auxiliado ou a auxiliada pode interpretar erroneamente o significado do abraço. Uma quantidade modesta de contato físico entre o ajudador e o auxiliado não é necessariamente errada, pois às vezes pode dar muito apoio e encorajamento. Mesmo assim, devemos ter o cuidado de perguntar: "como é que o auxiliado interpreta isto?" e "que satisfação estou obtendo deste contato?" É totalmente crucial que o ajudador cristão evite toda a aparência do mal. Por causa de esquecer-se deste princípio, alguns conselheiros — inclusive conselheiros pastorais — se envolveram demasiadamente com seus auxiliados e, como resultado, têm arruinado sua família, sua vida, e seu ministério. Dizer "Mas tal coisa jamais me aconteceria" já é pisar terreno perigoso (1 Co 10:12).

Vazamentos de Confidencias

Os *vazamentos de confidencias* são um terceiro perigo para o amigo ajudador. É verdade que o amigo ajudador não é legalmente obrigado a observar o mesmo código de confidencialidade que é tão importante para os profissionais. Se, porém, o amigo conselheiro fala acerca dos seus aconselhados, chega perto do mexericar. Mesmo quando procuramos ocultar os pormenores do caso, é provável que alguém na vizinhança ou na igreja adivinhará quem é o alvo da conversa. Deve ser evitada tal conversa. Nada faz em prol de nosso próprio bem-estar espiritual, e é bem possível que abalará a fé que o auxiliado tem no ajudador.

Equilíbrio Espiritual

Outro perigo é a *ênfase insuficiente ou demasiada dada ao aspecto espiritual*. No caso da ênfase insuficiente, nega-se ao

auxiliado os recursos das Escrituras ou da oração, e às vezes nem sequer ouve o evangelho porque o ajudador tem medo de levantar o assunto. Em segundo lugar, o auxiliado pode ser afastado — espantado pela religião — ou ser levado a acreditar que a parte espiritual de nosso ser é tudo quanto importa. Este conceito não tem o apoio da Escritura, nem podemos sustentar que se estamos de bem com o Senhor, todos os problemas desaparecem automaticamente. A parte espiritual deve entrar em nosso aconselhamento, pois é crucialmente importante, mas deve ser empregada de modo apropriado ao invés de ser enfatizada demasiadamente.

Evitando os Perigos

Como podemos evitar estes perigos, e outros? Uma coisa que podemos fazer é desenvolver uma proteção espiritual. O estudo diário das Escrituras, e uma vida ativa de oração, mesmo durante a sessão de aconselhamento, podem guardar nossa mente dos devaneios e nossa boca de falar alguma coisa danificante ou até mesmo pecaminosa. Em segundo lugar, é de grande ajuda quando estamos alertados aos perigos. Um homem prevenido vale por dois! Em terceiro lugar, podemos deliberadamente procurar evitar situações comprometedoras, a ênfase demasiada em tópicos sexualmente excitantes, e outros perigos. Finalmente, podemos desenvolver o costume de discutir nosso aconselhamento em confiança com outra pessoa — um pastor, um conselheiro profissional, ou apenas um amigo que pode nos ajudar a conservar as coisas dentro da perspectiva e livres do perigo.

O Pior Perigo de Todos

O treinamento e o emprego de amigos conselheiros para se ajudarem mutuamente é um conceito emocionante que, até recentemente, tem sido quase totalmente negligenciado pela igreja. Treinamos o povo da igreja para testemunhar. Ensinamo-lo como ensinar aos outros, e agora até mesmo o treinamos a discipular os outros. Talvez como parte disto devamos treiná-lo como *relacionar-se* com os outros — levar os fardos uns dos outros e aconselhar-nos mutuamente.

Há perigos no aconselhamento de amigo para amigo, mas também pode haver benefícios tremendos, especialmente quando os amigos conselheiros tiveram algum treinamento prático. E verdade, naturalmente, que um pouco de conhecimento acerca do aconselhamento pode ser uma coisa perigosa, mas nenhum conhecimento e treinamento pode ser até pior. E não ter solicitude alguma em ajudar aos outros no nível de amigo para amigo talvez seja o pior perigo de todos.

5. AJUDANDO NUMA CRISTE

Ao passarmos pela vida, todos nós às vezes enfrentamos crises. A morte de um ente querido, o nascimento de uma criança deformada, o colapso de, um casamento, a reprovação no vestibular, a ocorrência de um acidente de automóvel — todos estão entre os eventos da vida que nos abalam, e podem fazer com que nos sintamos ameaçados, ansiosos, confusos, e deprimidos.

Em linguagem um pouco formal, uma crise é qualquer evento ou série de circunstâncias que ameaça o bem-estar de uma pessoa e interfere com sua rotina de vida.

A maioria de nós vai avançando de dia para dia, enfrentando os problemas e desafios da vida de modo mais eficiente ou menos. Periodicamente, no entanto, surge uma situação que é tão nova e ameaçadora que nossos modos costumeiros de lidar com problemas já não funcionam. De repente, vemo-nos forçados a depender de métodos novos e nunca provados para lidarmos com a tensão que entrou em nossa vida.

No passado, as pessoas usualmente se voltavam aos parentes em tais ocasiões, procurando o seu conselho e aceitando a sua ajuda e simpatia. Em muitas partes do mundo, assim continua acontecendo, mas na América do Norte as coisas são diferentes. Somos um povo móvel, que faz mudanças freqüentes, e que muitas vezes fica longe dos membros da família que poderiam dar o máximo apoio em tempos de crise. Na ausência dos parentes, portanto, voltamo-nos aos vizinhos, aos amigos, aos demais membros da igreja, e aos pastores. Estas são as pessoas que estão em cena no momento da crise e que melhor podem ajudar.

OS PRINCIPAIS TIPOS DE CRISES

As crises podem ser divididas em duas categorias gerais. As crises de desenvolvimento são aquelas que ocorrem em tempos previstos à medida que viajamos pela vida afora. Enfrentar o primeiro dia de escola, lidar com a adolescência, ajustar-se ao casamento, fazer face às inseguranças da meia-idade, adaptar-se à aposentadoria — todas estas são situações de crise que exigem esforços adicionais da parte do indivíduo ou da sua família. Estas crises podem ser muito severas, mas usualmente podem ser preditas de antemão, e são resolvidas à medida que o indivíduo aprende a ajustar-se a uma nova etapa na vida.

Crises acidentais, conforme o nome dá a entender, são muito menos previsíveis e, como resultado, golpeiam com mais força. Uma perda repentina de posição ou posses, a morte no trânsito de um ente querido, o rompimento inesperado de um noivado, a perda súbita do emprego — qualquer um destes eventos pode submeter o indivíduo a exigências extremas e criar confusão à medida que pondera o que deve fazer em seguida.

REAGINDO ÀS CRISES

Usualmente a pessoa em crise volta-se em primeiro lugar para seus modos habituais de lidar com problemas. Dentro em breve, porém, descobre que seus antigos métodos de enfrentá-los não funcionam mais. Ainda permanece a tensão inicial, mas, além disto, a pessoa tem um senso de frustração e confusão por causa da sua incapacidade de ficar à altura. Neste ponto, todos os recursos interiores da pessoa são mobilizados. A pessoa experimenta vários métodos de ensaio e erro para lidar com o problema, esgota as suas reservas de força física, quebra a cabeça para pensar em modos novos de tratar da situação, e aprende a aceitar circunstâncias que não podem ser alteradas, ou a tirar o melhor proveito delas. Se tudo isto fracassar, e o problema continuar, a pessoa acaba entrando em colapso físico ou mental, ou os dois.² Muitas vezes é o que acontece naquilo que se chama de esgotamento ou colapso nervoso. Não sobram mais recursos ou resistência para lidar com a tensão. A pessoa desespera-se, exaure, e se retira para um mundo irreal, ou persiste irracionalmente

nalgum comportamento que talvez negue o problema mas nada faz para solucioná-lo.

A SINGULARIDADE DE CADA CRISE

Cada situação de crise é única, sem igual. As circunstâncias, as personalidades, e a caracterização psicológica das pessoas envolvidas; a experiência (ou falta dela) da pessoa em lidar com crises no passado; a disponibilidade doutras pessoas que podem ajudar — todos estes aspectos influenciam aquilo que acontece em determinada situação de crise. É difícil prever o que um indivíduo, inclusive nós mesmos, pode fazer numa crise. Algumas pessoas entram em colapso quase imediatamente, ao passo que outras descobrem que têm tremendas reservas interiores que as capacitam a lidar até mesmo com períodos prolongados de crise intensa.

Algumas características, no entanto, parecem ser muito comuns.³ Há, por exemplo, a *ansiedade*, que às vezes leva a pessoa a tomar a decisão errada, o que passa a somar-se com os demais problemas. Frequentemente há o senso de *incapacidade*. A pessoa não sabe o que fazer e muitas vezes se sente envergonhada porque não consegue confiar mais em si mesma. Uma *dependência dos outros* é frequentemente inevitável, mas ela também pode gerar seus próprios problemas. Às vezes a pessoa se sente culpada por ser tão dependente, frustrada com sua incapacidade de fazer decisões, e zangada porque outras pessoas estão dirigindo a sua vida. Tudo isto contribui para uma *perda de estima-própria* porque a pessoa se sente vulnerável e sem controle da situação. A *ira* por causa da situação inteira é uma emoção comum que às vezes é oculta mas às vezes se dirige contra outras pessoas — inclusive aquelas que estão procurando ajudar. Na sua frustração, a pessoa em crise não sabe com quem irar-se, e, portanto, ataca aqueles que são mais próximos e com mais probabilidade de ficar com ela a despeito da ira. Às vezes há ira contra Deus, seguida por sentimentos de culpa. Há também, frequentemente, uma *diminuição da eficiência* em nosso comportamento diário. Remoer o problema, preocupar-se acerca de que vai acontecer em seguida, questionar por que mesmo houve tal acontecimento — todas estas coisas tomam tempo, energia, e atenção, que normalmente seriam dirigidos a outras atividades.

LIDANDO COM UMA CRISE

Em muitos aspectos, uma crise é mais do que um aumento da tensão ou uma perturbação em nosso padrão diário da vida. Uma crise representa um ponto crucial que afeta nosso ajustamento futuro e saúde mental. Se sabemos lidar com a crise, adaptar-nos a nossas novas circunstâncias, ou achar meios eficientes para solucionar o problema da crise, então já desenvolvemos maior auto-confiança e experiência, que nos ajudará a lidar de modo mais eficaz com crises futuras. Se, do outro lado, a pessoa é incapaz de ficar à altura, há sentimentos de fracasso ou incompetência que transbordam para a crise seguinte e que tornam ainda mais difícil a adaptação no futuro.

Segundo certo psiquiatra,⁴ é comum nas crises acontecer que a pessoa não somente mobiliza seus próprios recursos interiores mas também procura ajuda das pessoas próximas a ela. Outros vêem estes sinais de tensão cada vez maior e são estimulados a virem socorrer a pessoa aflita. Os conselheiros profissionais podem ajudar a esta altura, mas os ajudadores melhores são aqueles que a pessoa em crise já conhece, respeita e ama. Quanto mais próximos estamos da pessoa em crise — quanto mais temos consciência da situação — tanto mais provável é que seremos procurados, e tanto mais facilmente podemos intervir por início próprio. Está claro, portanto, que a família e a igreja são de importância crucial no aconselhamento nas crises. O modo de o indivíduo relacionar-se com aqueles que lhe estão mais próximos determinará em grau considerável quanto sucesso terá em achar uma solução que, por sua vez, promoverá ou estorvará sua saúde mental futura.

Como, pois, podemos ajudar uma pessoa em tempo de crise? Para começar, podemos examinar a Tabela 2, que demonstra alguns modos doentes e sãos de lidar com uma crise. Quando aparecem a doença, a morte na família, perdas financeiras, contendas entre os cônjuges e outras crises, o alvo do conselheiro é ajudar a pessoa a evitar o comportamento, sentimentos ou pensamentos errados, e a focalizar-se, ao invés disto, naquilo que é saudável e construtivo.

Para fazer assim, o conselheiro de crises deve estar geograficamente próximo da pessoa em crise (é difícil ajudar uma pessoa na outra ponta do país), imediatamente disponível (ainda que isto signifique levantar-se à meia-noite), móvel (de modo que possamos chegar à pessoa necessitada, especialmente quando não pode vir a nós), e flexível quanto aos métodos de aconselhamento.⁵ Os conselheiros que têm horários rígidos de consulta amiúde deixam de preencher estes critérios e, portanto, são menos eficazes em situações de crise do que os membros da família, os amigos, os vizinhos, os membros da igreja e os ministros. Estes últimos podem ajudar especialmente em tempos de crise porque simbolizam a esperança e a estabilidade teológica para uma pessoa que está envolvida em desânimo e grande incerteza.

TABELA 2*

Modos Sãos e Doentios de Enfrentar uma Crise

	Modos Doentios de Enfrentar uma Crise	Modos Sãos de Enfrentar uma Crise
1	Negar que o problema existe.	Enfrentar o fato de há um problema.
2	Desviar-se do problema (com o álcool, por exemplo)	Procurar entender mais completamente a situação.
3	Não procurar ajuda, ou recusa da situação da crise.	Abrir canais de comunicação com amigos, parentes, pastores, ou outros que talvez possam ajudá-lo.
4	Ocultar o fato de ter sentimentos de tristeza, ira, culpa, etc	Enfrentar seus sentimentos negativos de culpa, ansiedade, ou ressentimento, e considerar ações e modos alternativos de ver a situação, de modo que possa lidar com estes sentimentos.
5	Não pensar profundamente sobre os problemas.	Distinguir o que pode ser mudado daquilo que não pode ser mudado na situação, e aceitar aquilo que não pode ser mudado.

* Adaptada, com permissão, de H. J. Clinebell, Jr., *Basic Types of Pastoral Counseling* (Nashville: Abingdon Press, 1966), págs. 163-4.

6	Não pensar em modos práticos para lidar com a crise.	Explorar modos práticos de lidar com o problema, e tomar providências (por mínimas que sejam) para haver-se como o problema de modo prático.
7	Culpar os outros por serem causadores da crise e esperar que outra pessoa assuma a responsabilidade total pela sua cura.	Aceitar a responsabilidade para lidar com os problemas, até mesmo aqueles que, segundo parece, surgiram de situações além do seu controle.
8	Esquivar-se dos amigos ou parentes.	Aproximar-se dos amigos e parentes, especialmente daqueles que sabem ajudar.
9	Recusar-se a orar a respeito da crise.	Orar acerca do assunto, e honestamente compartilhar com Deus suas preocupações.
10	Convencer-se que uma crise é evidência de castigo ou desagrado de Deus.	Não se esquecer da soberania de Deus que ama a humanidade e conhece nossas crises e tem cuidado de nós.

A INTERVENÇÃO NAS CRISES

Não pode haver fórmula padronizada ou abordagem tipo livro de receitas para ajudar uma pessoa em crise. Há, porém, algumas coisas que podem ser feitas em quase todos os casos.

Fazer Contato

É difícil ser muito eficaz no aconselhamento de crise se o ajudador está a 1000 Kms (ou até mesmo meio quarteirão) de distância do auxiliado. Como cristãos, cremos que podemos intervir de longe através da oração, e não devemos olvidar-nos disto, mas sempre quando possível, devemos demonstrar solicitude pessoal com nossa presença, nosso calor, e nossa disposição para escutar. Quanto mais cedo podemos chegar ali, tanto mais possibilidade há de podermos ajudar.

Reduzir a Ansiedade

De modo contrário às crenças populares, não se faz assim ao encorajar o auxiliado a pensar noutras coisas. Escolhendo um

exemplo extremo: se, na casa funerária, descobrimos que estamos falando com um cônjuge sobrevivente acerca do beisebol ou da bolsa de valores, é possível que estejamos evitando a realidade da morte a fim de reduzir nossa própria ansiedade. Mas isto não funciona muito bem com as pessoas que estão em crise. Frequentemente, querem falar acerca da situação, descrever o que aconteceu, lembrar tempos mais felizes antes da crise, e sentir-se livres para expressar suas emoções de tristeza, profunda aflição, remorso, ou ira.

Nestas ocasiões, o ajudador pode demonstrar calma, solicitude, e aceitação. Pode trazer o consolo das Escrituras, e orar com o auxiliado, tendo a certeza, no entanto, que não se trata, de truques para não deixar ninguém falar acerca da ferida e expressar sentimentos.

Se o ajudador não sabe muita coisa acerca da situação, desejará descobrir, se possível, quando começou a crise e o que aconteceu antes do seu começo. Fazendo assim, podemos às vezes localizar a origem da dificuldade e começar a lidar com ela. Se uma pessoa diz, por exemplo: "tudo estava correndo bem para mim até que comecei a frequentar a faculdade," podemos tomar por certo que há alguma coisa no ambiente universitário que causa os sintomas de crise.

Às vezes, a redução da ansiedade envolverá agüentar o peso da ira do auxiliado, ajudá-lo a ver seu problema, recomendá-lo a tomar medidas para enfrentar a crise, e ajudá-lo a ver que nem tudo é desesperançoso. Tudo isto, é claro, pode sair pela culatra se for feito indevidamente. Romanos 8:28, por exemplo, pode ser citado de modo tão fácil que irrita o auxiliado, especialmente se sente que o citador do versículo não tomou o tempo necessário para realmente entender a situação.

Quando várias pessoas estão envolvidas numa crise, é de ajuda se você puder lidar primeiramente com a pessoa ansiosa, e mandar embora os espectadores curiosos. Há vários anos, nossa família viu um menino que foi atropelado por um carro. Enquanto minha esposa, que é uma enfermeira, aplicava os primeiros socorros e falava calmamente com a mãe aflita, um irmão mais velho apareceu em cena. De modo agitado, gritou: "Mãe, o Tiago vai morrer?" Imediatamente, a cena ficou tensa, até que minha esposa assegurou o irmão mais velho que Tiago provavelmente ficaria

perfeitamente bem, e sugeriu que a mãe decerto desejaria um abrigo ou blusa para colocar nos ombros enquanto ia de ambulância. O irmão mais velho foi correndo procurar um suéter e a situação acalmou-se consideravelmente.

Focalizar as Questões Difíceis

No meio da crise é fácil ver uma quantidade enorme de questões difíceis, cada uma das quais parece ser esmagadora. O ajudador pode fazer várias coisas a estas alturas. Em primeiro lugar, pode ajudar a pessoa em crise a examinar a situação presente mediante uma descrição dos seus sentimentos, pensamentos e planos (se os tiver), seu modo de ver os eventos que ocorreram, e seus esforços para solucionar o problema. Este é um processo de triagem dos problemas, um a um, para descobrir o que há de ameaçador neles, e ver o que foi feito ou pode ser feito tendo em vista uma solução.

A certa altura, é necessário reduzir o número de problemas até definir quais são reais, e fazer um inventário dos recursos da pessoa (quanto dinheiro, capacidade, pessoas e oportunidades estão disponíveis), uma lista das diferentes alternativas que a pessoa tem diante dela, e uma avaliação de cada uma destas. Se o auxiliado não levantou todas as alternativas, então você mesmo deve levantar algumas. Para cada alternativa, procure decidir com o auxiliado qual delas é viável, qual delas realmente será de ajuda no problema, e qual é a mais fácil para levar a efeito.

Pouco antes de escrever este capítulo, visitei a área de uma cidade que fora atingida por um furacão, onde foram danificadas várias residências. Uma das casas fora completamente destruída, excetuando-se uma só parede, que ainda estava em pé. Sobre o papel da parede, em maiúsculas pretas, alguém escrevera: "A família Richardson voltará a construir!" Logo após a crise foi decidida a sua alternativa!

Lembre-se que as pessoas em crise freqüentemente são muito sugestionáveis, e, portanto, não devemos forçar nossas próprias soluções. Além disto, devemos ajudar as pessoas a serem realistas e práticas. A última coisa da qual precisa uma pessoa em crise é acrescentar o fracasso a seus demais problemas. Realmente, é o temor de mais fracasso que paralisa muitas pessoas em tempos de

crise, e precisam de ajuda e encorajamento quanto à ação que devem adotar.

Ao ajudar numa crise, o ajudador pode fazer muita coisa para mobilizar a ajuda da igreja e da comunidade. O apoio maciço em oração pode não somente sustentar uma pessoa no meio de uma crise, mas também é uma demonstração animadora de que as pessoas realmente se importam. A isto pode ser acrescentada a ajuda mais tangível acerca da qual escreve Tiago: "Se um irmão ou uma irmã estiverem carecidos de roupa, e necessitados do alimento cotidiano, e qualquer dentre vós lhes disser: 'Ide em paz, aquecei-vos, e fartai-vos, sem, contudo, lhes dardes o necessário para o corpo, qual é o proveito disso?' (Tiago 2:14, 16). A fé em Jesus Cristo, e a dedicação a Ele, devem às vezes manifestar-se mediante a ajuda às pessoas de modo tangível, com dinheiro, provisões, serviços de pagear crianças ou ajudar na casa ou outra assistência prática.

Encorajar a Ação

Às vezes, com ou sem ajuda, uma pessoa resolverá seguir certo curso de ação, mas terá medo de levar o plano adiante. É aqui que o ajudador pode encorajar o auxiliado a adquirir habilidades, se forem necessárias, e ficar firme ao lado dele à medida que empreende a ação. Devemos tomar o cuidado de não estar fazendo as coisas para o auxiliado o tempo todo. É fácil para todos nós sentar-nos confortavelmente para "deixar outra pessoa fazer tudo", e depois reclamar da qualidade do serviço. A pessoa em crise precisa ser ajudada para ajudar-se a si mesma. Precisa avaliar suas ações com a ajuda do conselheiro e, se necessário, contribuir com alternativas diferentes ou melhores quando um plano anterior não foi bem-sucedido.

Tudo isto toma por certo, naturalmente, que o ajudador e o auxiliado são as únicas pessoas envolvidas em enfrentar a situação de crise. Devemos lembrar-nos, no entanto, que a maioria das crises começa com uma série de eventos ou circunstâncias advindos do meio ambiente. Muito freqüentemente, o meio eficaz de atuar numa crise é mudar o ambiente. Ajudar o auxiliado a achar outro emprego, mobilizar a comunidade para ajudar na reconstrução de uma casa ou suprir dinheiro para as despesas médicas, dar aconselhamento aos parentes ou amigos que talvez

tenham causado boa parte da tensão logo de início — todas estas são maneiras de reduzirmos o impacto da crise ao fazermos uma intervenção no meio ambiente.

Ajudar com a Aceitação

Paul Tournier sugere num de seus livros que a aceitação é o primeiro passo em direção à solução de um problema sério. As vezes, a crise trará consigo uma mudança permanente. A morte de um ente querido, a destruição das propriedades, ou a descoberta de uma doença fatal, por exemplo, são eventos que devem ser aceitos e enfrentados. Fazer doutra forma é negar o problema e adiar a sua solução até mais tarde.

A aceitação, como a cura, leva tempo, Muitas vezes, envolve o pensar doloroso e consciente acerca da situação, uma expressão de sentimentos, um reajustamento do estilo de vida, uma edificação de novos relacionamentos, e um planejamento para o futuro. A aceitação pode envolver riscos e o fracasso potencial. Tem mais sucesso quando estamos cercados por amigos sinceros, pacientes e úteis, e quando conhecemos de modo pessoal o Salvador que nos convidou a vir a Ele com nosso fardos, para lançá-los sobre Ele e experimentar a paz e a orientação que nos dão esperança e estabilidade verdadeiras durante tempos de crise (Mt 11:28, 29; SI 55:22; 32:8). Devemos lembrar-nos, no entanto, que quando uma pessoa lança seu fardo sobre o Senhor, o Senhor pode sustentá-la por meio de outros seres humanos — tais como o escritor ou os leitores deste livro.

JESUS COMO CONSELHEIRO NAS CRISES

Um exemplo familiar de aconselhamento numa crise é registrado em João 11. Envolve uma doença fatal, perigo pessoal, e a perda de um ente querido.

Quando Lázaro de Betânia ficou gravemente enfermo, suas irmãs mandaram um recado a Jesus: "Senhor, está enfermo aquele a quem amas."

Conforme a narrativa bíblica, Jesus amava Lázaro, Maria e Marta. É possível que o lar deles, perto de Jerusalém, fosse o melhor lugar para Jesus relaxar. Mesmo assim, ao invés de correr

para socorrê-los na sua necessidade, demorou-Se por dois dias. Jesus, é claro, sabia o que estava acontecendo em Betânia, e até mesmo fez uso da crise para ensinar Seus discípulos (vv. 4, 9-15) antes de reconhecerem que a doença de Lázaro era fatal.

Os discípulos, no entanto, também estavam enfrentando uma crise sua. A vida de Jesus corria perigo, e a deles também, por associar-se com Ele, pois era procurado pelas autoridades (vv. 8, 16). Aparecer em público seria arriscar-se a morte violenta, mas quando Jesus lhes disse que Lázaro morreria, concordaram em acompanhar o Senhor até Betânia.

Quando chegaram, a cena era de grande tristeza. Certo número de amigos viera consolar as irmãs na sua perda, mas quando Marta ficou sabendo que Jesus estava chegando, saiu da casa e foi encontrá-Lo pela estrada. Notemos como Jesus lidou com a situação:

- Explicou aos discípulos confusos o que estava acontecendo (vv. 4, 14, 15).
- Deixou Marta expressar seus sentimentos e confusão (vv. 21, 22).
- De modo calmo, deu-lhe nova certeza, e implantou a esperança (vv. 23, 25, 26).
- Indicou para ela a Pessoa de Cristo (v. 25).
- Deixou Maria expressar seus sentimentos, sentimentos estes que talvez tenham incluído alguma ira (v. 32).
- Não impediu que as pessoas chorassem, mas, pelo contrário, expressou Sua própria tristeza (vv. 33-36).
- Suportou com calma a hostilidade de muitos dos pranteadores entristecidos (v. 37), muito embora O deixasse muito perturbado (vv. 37, 38).

Depois, Jesus entrou em ação — ação esta que transformou a tristeza em alegria, trouxe glória a Deus, e levou muitas pessoas a crerem em Cristo (vv. 38-45). Nesta ocasião, Jesus não mandou embora os observadores, como fizera quando ressuscitou a filha de Jairo; pelo contrário, ao chamar Lázaro para sair do túmulo, demonstrou conclusivamente Sua vitória sobre a morte, a maior de

todas as crises. Poucos dias mais tarde, quando Ele mesmo foi executado, Jesus abordou a cruz com calma, e depois ressuscitou. Não admira que o apóstolo Paulo podia exclamar aos coríntios que a morte fora tragada pela vitória e que os crentes tinham a certeza da vida após morte, uma vida com o próprio Cristo (1 Co 15:51-58).

É verdade que ninguém entre nós pode ressuscitar um morto, conforme fez Jesus, mas também é verdade que, como ajudadores nas crises, podemos empregar cada uma das demais técnicas que Jesus empregou durante esta crise em Betânia. Mesmo sem a ressurreição de Lázaro, a crise em Betânia teria servido a um propósito útil. Jesus procurou convencer os discípulos quanto a isto (João 11:4), mas obviamente não captaram o sentido até mais tarde.

AJUDANDO NAS CRISES HOJE

O mesmo se diz acerca da maioria das crises hoje. São experiências dolorosas e traumáticas, mas também podem ser experiências de crescimento que oferecem uma boa oportunidade para a aprendizagem. Lembro-me das palavras de um amigo que observou, certa vez: "Nunca temos problemas por aqui — só temos oportunidades!"

Segundo Dr. Gene W. Brockop, do Serviço de Crises e Prevenção do Suicídio, em Buffalo, Nova York; as crises podem ser úteis e terapêuticas.⁶ Frequentemente lançam uma pessoa em tal estado de tensão que há um rompimento de defesas, uma forte disposição para transformar-se, e uma receptividade inco-mum às sugestões de um conselheiro. Se o auxiliado tem a capacidade de mobilizar seus recursos e solucionar seus problemas, aumentam sua confiança e sua auto-estima. Às vezes, as crises ensinam a pessoa a olhar de modo mais objetivo os problemas quando surgem, e solucioná-los de modo mais eficiente. Tudo isto contribui para seu bem-estar mental e estabilidade psicológica. Podemos acrescentar que as crises têm um jeito de alertar as pessoas à questões espirituais e de ensiná-las a apoiar-se mais pesadamente em Cristo, que chamou Lázaro para sair do túmulo. Nem todas as pessoas reagem assim, naturalmente. Algumas começam a criticar a Deus e a ficar irados com Ele, mas outras

relembram as crises como ponto crucial no seu desenvolvimento espiritual.

Conforme vimos, no entanto, as pessoas em crise frequentemente são confusas, sugestionáveis, culpadas, e se condenam a si mesmas. Muitas vezes ficam tão desesperadas a respeito de uma situação que pensam no suicídio como uma das suas alternativas mais viáveis. Ao lidar com tais pessoas, seria fácil para um ajudador tirar vantagem do complexo de culpa da pessoa e levá-la a fazer algum tipo de decisão espiritual que mais tarde talvez lastime, ressinta e repudie.

AS IMPLICAÇÕES ESPIRITUAIS DE UMA CRISE

Quando Se viu confrontado com a morte de Lázaro e com os perigos à Sua própria vida, Jesus não negou as implicações espirituais daquilo que estava acontecendo. Fez uso da situação para ensinar verdades espirituais, para mostrar como lidar com crises, e para demonstrar o poder de Deus na vida dos Seus filhos. Notemos, porém, que ao indicar o lado espiritual, não tirava vantagem das emoções das pessoas, nem lhes privava da liberdade para duvidar (João 11:16), criticar (v. 37), resistir (v. 46-53), ou voltar-se a Ele e crer (v. 45).

Deus usa as crises para trazer as pessoas para Si. Emprega as crises para ajudar os cristãos a crescer e a ficar maduros como discípulos. Nossa tarefa de ajudadores das pessoas é estarmos abertos à orientação do Espírito Santo, confiando que Ele nos mostrará quando e como devemos introduzir questões espirituais em nossa ajuda nas crises de tal maneira que o auxiliado ficará mais próximo do Senhor, e, em última análise, trará glória a Deus.

6. AJUDANDO PELO TELEFONE

Aconselhar pelo telefone está longe de ser uma idéia nova. Em nossa era tecnológica, chegamos a reconhecer que o "socorro está tão perto quanto o telefone", e é ao telefone que a maioria de nós se volta quando tem um filho doente, uma torneira que goteja,

um problema era entender o formulário do imposto de renda, ou um problema mais pessoal.

Há vários anos, os líderes das igrejas começaram a reconhecer o valor de ministrar às pessoas através do telefone, e foram estabelecidos vários serviços de aconselhamento denominados "disque por socorro", primeiramente na Inglaterra e na Austrália, e depois na América do Norte. Em 1958, quando o Centro de Prevenção do Suicídio de Los Angeles foi estabelecido, os fundadores voltaram-se ao telefone como um instrumento através do qual as pessoas poderiam ser aconselhadas. Estima-se que agora há várias centenas de clínicas de aconselhamento telefônico somente nos Estados Unidos. ' Estas incluem aconselhamento pastoral, prevenção de suicídio, controle de veneno, linha de emergência para adolescentes, informações sobre drogas, contatos para os idosos, e uma variedade de outros serviços úteis que aquele que telefona recebe grátis.

O MÉTODO NEGLIGENCIADO

O aconselhamento por telefone quase nunca é mencionado nos livros de aconselhamento, embora este talvez seja um dos tipos mais comuns de ajuda às pessoas que se pratica. Na opinião de certo escritor, os profissionais "parecem ter julgado que o aconselhamento por telefone é diferente da terapia *verdadeira* e, portanto, não percebem que é digno da sua atenção. Uma experiência comum nos serviços de aconselhamento por telefone é quando o quadro profissional paulatinamente se desliga do aconselhamento por telefone a fim de focalizar-se na terapia dada face a face, e deixa aos não-profissionais o aconselhamento por telefone." ²

Como resultado deste desligamento dos profissionais, os centros de aconselhamento por telefone, na sua maior parte, têm um quadro de voluntário amigos — voluntários cuja capacidade para ajudar as pessoas ao falar com elas por telefone tem sido claramente demonstrada. Com alguns problemas (a prevenção do suicídio, por exemplo) o amigo conselheiro é considerado muito mais útil do que o profissional que substitui, o que levou um dos líderes mais conhecidos na prevenção do suicídio a formular o que chamou de "Lei de Letman:"⁴ Quanto mais severa e aguda a crise

de suicídio, tanto *menos* a pessoa precisa ser profissionalmente treinada para lidar com ela de modo eficaz.

A maior parte deste "lidar" ocorre por telefone. Para ser um ajudador eficaz, portanto, o líder e ajudador cristão deve ter algum entendimento do aconselhamento por telefone e como funciona.

O CARÁTER SEM IGUAL DO ACONSELHAMENTO POR TELEFONE

Há vários anos durante uma visita prolongada à Suíça, minha família e eu vivemos num chalé encantador que não tinha telefone. Esta foi uma experiência sem igual, e tão relaxante que procurei sem sucesso — persuadir minha família a mandar remover nosso telefone quando chegamos em casa. Alguns dos argumentos que ouvi a favor do telefone eram muito convincentes: é um meio de manter contato com amigos e parentes, é quase indispensável quando precisamos de socorro imediato, e é conveniente para obter informações ou fazer compras. Os mundos dos negócios, da educação e do governo dificilmente sobreviveriam sem o telefone, e nem sequer a maioria dos indivíduos — pelo menos na América do Norte. É surpreendente, portanto, que a profissão do aconselhamento, que se especializa na comunicação inter-pessoal, tenha por tanto tempo desconsiderado os aspectos incomparáveis do aconselhamento por telefone. Declarada em forma resumida, a ajuda por telefone é (1) extremamente conveniente, (2) especialmente apropriada às emergências, e (3) particularmente valiosa para certos tipos de pessoas cujos estilos de vida e problemas os proíbem de obter ajuda mediante o aconselhamento face a face.⁵

A CONVENIÊNCIA DA AJUDA POR TELEFONE

Vamos começar pelas *conveniências* do aconselhamento por telefone.

Menos Ameaçador

Quando fala ao telefone, o auxiliado freqüentemente se sente menos ameaçado porque está mais em controle da situação. É ele

que faz a chamada logo de início, plenamente consciente de que, se não gostar da personalidade e perguntas do ajudador, ou se doutra forma não se sentir bem, pode sair-se da situação simplesmente desligando a chamada. Muitas vezes, o auxiliado se sente mais confortável quando fala a partir da segurança e abrigo do seu próprio lar, ao invés de uma clínica desconhecida, do gabinete pastoral, ou da sala de visitas de um amigo. Para as pessoas que têm medo de serem encurraladas por um conselheiro, o telefone é "o único caminho viável." É um modo seguro de apelar por ajuda.

A Anonimidade

Uma segunda conveniência do telefone é que deixa as pessoas ficarem anônimas. Alguns indivíduos se sentem tão ameaçados pelo contato face a face, que nem sequer querem revelar o seu nome. É bastante difícil permanecer anônimo quando fala com alguém pessoalmente (embora às vezes isso aconteça nos aviões, quando as pessoas contam todos os seus problemas a alguém no assento ao lado, tendo conhecimento seguro que provavelmente não haja contato adicional quando os dois passageiros desaparecerem nas multidões e nos corredores do terminal aéreo). Quando alguém emprega o telefone, porém, especialmente no caso de chamar uma clínica que atende por telefone e de conversar com um estranho, pode falar acerca dos pormenores íntimos da sua vida sem arriscar a rejeição por alguém que conhece sua identidade. Mesmo quando a conversa é entre amigos, o telefone cria uma distância segura. Lá nos meus dias de solteiro, preferia usar o telefone para convidar para encontros, porque sabia que me sentiria menos envergonhado se fosse recusado.

A Disponibilidade

Em terceiro lugar, há ocasiões em que o aconselhamento por telefone é a única possibilidade disponível. A pessoa que está doente e sem condução, por exemplo, ou o auxiliado que está a muitos quilômetros de um ajudador, talvez descubra que falar ao telefone é o modo mais viável de obter ajuda. A estudante universitária que telefona a sua mãe para falar em problemas com os encontros com os moços talvez esteja usando o melhor meio que tem disponível. As pessoas também empregam o telefone quando

seria muito inapropriado para um conselheiro estar presente. Um colega meu recebeu certa vez um telefonema de um ex-aluno que acabara de casar-se. O casal estava tendo algumas dificuldades no ajustamento sexual durante a primeira noite da lua de mel, e resolveu telefonar para seu antigo professor de psicologia; um interurbano às duas da madrugada! O professor deu-lhes algum encorajamento e instrução numa situação em que o aconselhamento telefônico era, sem dúvida, a melhor abordagem a se seguir!

Poupa Tempo

Por enquanto, mencionamos somente as conveniências para o *auxiliado*, mas, naturalmente, o aconselhamento por telefone também tem vantagens para o *ajudador* — especialmente quando o ajudador é um não-profissional que não se preocupa com as exigências comerciais normais (horários, honorários, etc). O aconselhamento por telefone muitas vezes poupa ao ajudador o tempo e a inconveniência de preparar uma entrevista de aconselhamento. Pode empregar o telefone para "manter contato" com seus auxiliados e demonstrar interesse, através das chamadas freqüentes. Às vezes, quando o ajudador não pode encontrar-se pessoalmente com o auxiliado, uma rápida conversação telefônica talvez seja tudo quanto é necessário. Este fato é especialmente real durante períodos de crise, quando o auxiliado precisa saber que alguém se importa, mas quando não é prático ter entrevistas diárias. A natureza anônima das conversações por telefone também pode ser valiosa para quem fala:

O terapeuta por telefone... será muito mais ideal para o paciente de que o terapeuta face a face, visto que o paciente fica conhecendo apenas parte da realidade. No telefone, não recebemos nenhum dos indícios visuais acerca de uma pessoa que recebemos no contato face a face. Não temos idéia da aparência da pessoa com quem falamos, nem podemos ver as expressões faciais, e, finalmente, não recebemos nenhum indício mediante a linguagem do corpo, quanto aos seus pensamentos, sentimentos, e personalidade que geralmente recebemos num contato face a face, permite ao paciente fazer do terapeuta o que quer. .. /e/ aquilo de que *precisa*.⁶

AS EMERGÊNCIAS E A AJUDA POR TELEFONE

Sem dúvida, a ocasião em que aconselhar por telefone é mais útil é durante *emergências*. Com o emprego do telefone, aquele que chama pode obter ajuda rapidamente, sem passar pelas formalidades de marcar uma consulta, de viajar para um lugar de encontro ou, no caso de clínicas profissionais, de preencher formulários e deixar o nome numa lista de espera. Um telefonema ajuda a passar ao largo destas barreiras. Pode freqüentemente trazer socorro imediato, ainda que este consista apenas em fazer contato com alguém que pode injetar esperança e introduzir objetividade numa situação tensa.

Muitas pessoas descobriram que é terapêutico simplesmente ter alguém a quem podem telefonar caso surja a necessidade. O adolescente aflito que sabe que pode telefonar quando quiser ao líder da igreja ou ao técnico de basquete, por exemplo, talvez nunca chegue mesmo a fazer a chamada, mas sente-se melhor por causa da certeza de que pode obter ajuda rapidamente no caso de precisar dela.

Algumas pessoas, quer estejam enfrentando uma emergência quer não, tiram benefício do aconselhamento por telefone, porque sua personalidade não permite que obtenham outro tipo de ajuda. As pessoas que vivem sozinhas, por exemplo, às vezes são incapazes de lidar com contatos íntimos, face a face com outras pessoas, mas é possível que possam falar ao telefone. Da mesma maneira, a pessoa desesperada freqüentemente fica confusa e esmagada diante das circunstâncias, mas um contato telefônico talvez seja seu contato salva-vidas para obter socorro. Pessoas altamente inseguras também apelam ao telefone. Os adolescentes, por exemplo, às vezes têm dificuldade em reconhecer sua vulnerabilidade e sua necessidade de ajuda, mas um contato por telefone, por ser menos ameaçador, freqüentemente os dirige à ajuda que lhes é necessária.

AS LIMITAÇÕES DA AJUDA POR TELEFONE

Ao dar cursos de aconselhamento, dou muita ênfase ao fato de que o conselheiro deve observar o aconselhando além de escutar o que diz. Podemos ficar sabendo muita coisa acerca de

uma pessoa meramente ao olhar como está vestida, como se cuida fisicamente, como anda, ou como se assenta numa cadeira. Sua expressão facial, indicações de tensão, movimentos do corpo, lágrimas, ou modo de respirar podem ser indícios não-verbais extremamente importantes que nos ajudam a entendê-la melhor, e a edificar mais rapidamente a harmonia. Além disto, ao observar os gestos, os acenos da cabeça, e os movimentos dos olhos, o auxiliado pode receber uma indicação bastante boa de se o ajudador está escutando e procurando entender.

Tão logo começamos a falar no telefone, desaparecem todos estes indícios visuais, o que representa problemas para todos. Visto que não pode enxergar o ajudador, o auxiliado não sabe como estão sendo recebidos seus problemas. Conforme já indicamos, isto é um alívio para alguns auxiliados, especialmente se estão discutindo comportamento vergonhoso ou pecaminoso. Do outro lado, porém, pode ser um consolo saber que o ajudador o aceita, é compreensivo, e está dando sua atenção total àquilo que está sendo dito. Quem telefona não vê isto, logo, o conselheiro deve demonstrá-lo verbalmente.

O ajudador por telefone, porém, provavelmente está tendo alguns problemas do lado dele. Visto estar ele também sem indícios visuais, deve escutar com muito cuidado não somente aquilo que está sendo dito, mas também coisas tais como o tom da voz, hesitações, mudanças no volume ou na velocidade ou na altura, suspiros, voz trêmula, ou quaisquer outros sons que possam revelar alguma coisa acerca do auxiliado. Se quem telefona for desconhecido, talvez seja difícil saber a idade ou o sexo da pessoa e, naturalmente, não temos indícios de como se arruma, nem de seus maneirismos nervosos não-verbais. Às vezes, portanto, é necessário perguntarmos aquilo que devemos saber — a idade da pessoa, por exemplo, e se está chorando ou não.

O comportamento do ajudador no telefone também faz diferença. Devemos empregar alguma palavra ocasionalmente para demonstrar que estamos escutando, e devemos projetar empatia, calor e autenticidade em nossas palavras ou tom de voz. Um monótono hum... hum! inexpressivo e desinteressado nada contribui para demonstrar que nos importamos. Mais uma vez, porém, devemos ressaltar o valor de "fazer aquilo que nos vem naturalmente". Quando um ajudador realmente se importa, sua

voz transmitirá este fato. Se não dá a mínima importância, este fato se revelará também.

Há mais um problema com o aconselhamento por telefone, e este é a tendência de se dar às conversações tagarelas ao invés de ajudar.⁷ Até certo ponto, a diferença entre a conversação e o aconselhamento não é tão grande assim. A conversação informal e social com um amigo freqüentemente pode ser terapêutica, especialmente para pessoas que se sentem sós ou que precisam de apoio, mas usualmente se pensa que o aconselhamento é algo mais. Há um problema para ser solucionado, e, ao lidar com ele, o conselheiro deve ser objetivo e pronto para confrontar, ensinar ou guiar, conforme a necessidade. Estas coisas nem sempre são possíveis quando o telefonema fica sendo nada mais do que o contato social que usualmente associamos com as conversações telefônicas,

CONSIDERAÇÕES PRÁTICAS NA AJUDA POR TELEFONE

Até este ponto, procuramos demonstrar que embora seja difícil, a ajuda por telefone não deixa de ser um modo eficaz de ajudar a muitas pessoas. Agora chegamos a algumas sugestões práticas quanto àquilo que podemos fazer para ajudar as pessoas através do aconselhamento por telefone, como podemos evitar atitudes nocivas que às vezes surgem nesta obra, e como podemos lidar com telefonemas problemáticos.

Há vários anos um artigo publicado deu orientações muito práticas para a pessoa que aconselha por telefone. "Sua engenhosidade é seu único limite", escreveu o autor. "Dentro deste limite, pode fazer as seguintes coisas:

Pode escutar. Talvez seja uma experiência rara para quem telefona, talvez ele aprenda alguma coisa só por causa de ter a oportunidade de falar livremente...

Pode ser você mesmo. Você foi selecionado (para o aconselhamento por telefone) na suposição de que você é uma pessoa boa, e que as pessoas boas ajudam no crescimento. As pessoas que estão num aperto precisam de outras pessoas.

Você pode mobilizar recursos, tanto em outras pessoas como para outras pessoas. Quem telefona muitas vezes possui a

resposta, ou condições para criá-la, mas não consegue enxergá-la. Você pode ajudá-lo a achar sua própria resposta, ao ajudá-lo a focalizar sua atenção na resposta a ser respondida, por exemplo. Pode também mobilizar recursos para ele, no sentido de encaminhá-lo, de fazer contatos com outras agências, de chamar um amigo ou ministro para socorrê-lo, de enviar a polícia, de marcar uma entrevista para a manhã seguinte, e assim por diante.

Você pode aprender seus próprios limites, e saber quando é necessário mobilizar recursos para você mesmo — quando deve gritar por socorro. Sempre pode errar no lado generoso e fazer uso de seus consultantes...

Você pode oferecer feedback. Aprenderá com o trabalho no telefone. Partilhe (o que aprendeu, com outros conselheiros por telefone)...

Você pode simpatizar, fazer perguntar, esclarecer, sugerir, informar, ou simplesmente estar disponível!"⁸

As palavras supra foram escritas para ajudar o voluntário que trabalha num serviço de aconselhamento por telefone, mas também aplicam-se a conselheiros pastorais e amigos conselheiros. Há muitos aspectos do aconselhamento por telefone que não são diferentes de qualquer outro tipo de ajuda.

Esteja Alerta aos Problemas do Auxiliado

Trata-se de perguntar a você mesmo: "Por que ele está chamando?" "Que tipo de ajuda é necessário?" "Que posso fazer?" Muitas vezes, naturalmente, não sabemos qual é o problema, e temos de adivinhar e depois procurar obter fatos que comprovarão ou não nossa hipótese. Com o decurso do tempo, um quadro mais claro do problema emergirá.

Seja Sensível aos Sentimentos do Auxiliado

Como está correspondendo emocionalmente? Está deprimido, ansioso, envergonhado, defensivo, zangado, suspeito, ou expressa esperança? Parece incomumente plácido e sem emoções? O que se diz da intensidade ou natureza apropriada dos sentimentos? Demonstra risos nervosos ou soa incomumente feliz enquanto descreve uma coisa triste? Em tudo isto, o ajudador

continua perguntando a si mesmo o que podem significar estes pensamentos ou o que podem nos informar acerca do auxiliado.

Tenha Consciência dos Pensamentos do Auxiliado

O que, por exemplo, pensa ele ser seu problema? Tem algumas idéias acerca do que talvez seja a causa do problema ou como pode ser solucionado? O que tentou fazer no passado? Enquanto o auxiliado fala, fique atento a sinais de tensão tais como a fala divagante, a falta de clareza, a incapacidade de concentrar, ou uma tendência para rapidamente chegar a conclusões falhas. Lembre-se que Deus fez de nós criaturas racionais, mas que freqüentemente não pensamos muito racionalmente, especialmente quando estamos sob tensão. *O que* a pessoa pensa e *como* pensa podem ser indícios da natureza de seu problema.

Seja Sensível às Ações do Auxiliado

Durante a Segunda Guerra Mundial, Paul Tournier escreveu um livrinho acerca da solidão, no qual sugeriu que boa parte da solidão é nossa própria culpa.⁹ Tomamos a atitude de "coitadinho de mim" "ninguém se importa" e nos queixamos que somos vítimas do destino ou da insensibilidade doutras pessoas, ao passo que podem ser nossas próprias ações e atitudes que estão afastando as outras pessoas e nos dando grande tristeza. Nem todos os problemas são por nossa culpa, mas muitos são. O pecado pode nos causar problemas, e o mesmo se pode dizer de nosso comportamento e ações inconsistentes, que nos derrotam em si mesmos. Noutro lugar, descrevi a senhora que temia estar perdendo sua filha casada. Numa tentativa de evitar tal acontecimento, a mãe procurou atender sua filha de modo sufocante e exigente. Naturalmente, a filha ressentiu-se disto, e recuou. A mãe, por sua vez, começou a ser mais exigente quanto ao amor e à atenção, de modo que finalmente forçou a filha a retirar-se. Mediante a sua própria ação, a mãe provocou o resultado que mais temia. Há, por último, inconsistências de comportamento que podem nos causar dificuldade. Mentir e procurar encobrir a situação é o exemplo mais claro, mas também há o problema de procurar crer de certa maneira e viver doutra maneira. "Quando há incompatibilidade entre o comportamento e a

filosofia básica da vida, a personalidade usualmente fica com problemas."¹⁰

Alerte-se aos Erros Comuns dos Conselheiros

Há várias armadilhas nas quais os ajudadores freqüentemente caem se não tomam cuidado. Estes fracassos notam-se no aconselhamento face a face bem como no aconselhamento que ocorre por telefone. Consideremos, por exemplo, a tendência para enfatizar demasiadamente as perguntas. Esta é, talvez, a armadilha mais fácil para se cair. Dentro de cinco minutos após o começo de uma entrevista, você pode entrar numa rotina de perguntas e respostas, e logo perceberá que procura desesperadamente pensar nalguma coisa mais para perguntar a fim de conservar em andamento a entrevista. O auxiliado, por sua vez, toma por certo que você entregará uma resposta concisa ao problema uma vez obtidas todas as informações dele. É melhor fazer perguntas em aberto — o tipo que não pode ser respondida em uma ou duas palavras (e.g., "O que tem acontecido recentemente?" ou "Que tipo de sentimentos tem tido?" ao invés de "Está se sentindo deprimido?"). Conserve a linguagem simples, e não tenha receio de empregar comentários estimulantes, tais como "Conte-me mais", "O que aconteceu então?" ou "Aquilo deve ter despertado alguns sentimentos em você."

Outro erro comum é uma impaciência exagerada para achar soluções rápidas. É possível que o auxiliado esteja lutando com o problema há muito tempo; corno é, portanto, que você acha possível solucionar tudo em 10 ou 15 minutos? É melhor tomar seu tempo e dedicar a maior parte da ênfase inicial ao escutar.

É útil, também, se o conselheiro evita o emprego de chavões. Geralmente são empregados em boa fê, mas podem irritar muito. "Sei exatamente como você se sente", "Não se preocupe com isso", "Isto vai passar", "Lembre-se que todas as coisas concorrem para o bem", "É só orar a respeito" são declarações que não ajudam muito as pessoas que estão sob tensão. Às vezes, estes chavões vêm acompanhados por um sermãozinho ou uma cápsula de bons conselhos. Invariavelmente, são oferecidos com boas intenções, mas raramente são bern recebidos, e na maioria dos casos refletem a insegurança do ajudador que não sabe o que mais fazer ou dizer.

Por surpreendente que pareça, os ajudadores e os auxiliados às vezes cometem o erro de evitar totalmente o problema. É doloroso falar acerca do colapso do casamento do auxiliado, do fracasso no emprego, ou dos filhos rebeldes; logo, às vezes falamos acerca do tempo, dos esportes, ou da política, como alternativa. Há uns poucos anos, alguém me deu uma figurinha encantadora de metal, que representava um conselheiro e seu aconselhando num sofá. Coloquei a estatueta em cima de minha mesa de estudos, mas logo descobri que era mais do que uma peça para provocar comentários. Era um bom tópico para discussão que não edificava muita harmonia (o que tinha sido minha esperança), mas, pelo contrário, desviava nossa atenção das discussões mais dolorosas, porém necessárias, dos problemas dos auxiliados.

JOGOS DOS AJUDADORES DE PESSOAS

Do modo de quem domina o riso, certo psicólogo fez uma lista das algumas atitudes que freqüentemente surgem, especialmente no aconselhamento por telefone." Citando uma frase de Eric Berne,¹² podemos chamar estas atitudes de "jogos dos ajudadores das pessoas:"

Jogo 1. "Preciso dizer alguma coisa." É esta a atitude que diz que devemos oferecer uma resposta rápida, muito embora tais respostas freqüentemente são superficiais e irrealistas. E melhor escutar por mais tempo.

Jogo 2. "É melhor não dizer o que estou pensando, senão pode acontecer mesmo." Esta idéia chega perto de ser supersticiosa. É a idéia de que não devemos levantar questões de suicídio, possível fracasso, morte, ou a possibilidade de o auxiliado enfrentar um processo de divórcio, para não abalar o auxiliado e/ou provocar o acontecimento do evento temido. Os auxiliados raramente são tão sensíveis assim. Se o ajudador pensa nalguma crise iminente, o auxiliado provavelmente já pensou nela também, e pode dar valor à oportunidade de discuti-la abertamente.

Jogo 3. "Se eu soubesse mais, poderia ajudar." É possível que esta expressão esconda nosso temor de fracassar em nossa ajuda, e assim, procuramos mais informações, ou talvez um texto bíblico de prova que será a chave para destravar o problema e trazer saúde mental instantânea. O aconselhamento é trabalho pesado. O

ajudador e o auxiliado devem procurar juntamente as respostas, mas é raro achar uma pepita de compreensão com tanto ouro que resolve o problema com rapidez e eficiência.

Jogo 4. "Deve haver uma resposta, se eu puder apenas pensar nela." Mas não é nosso dever pensar nela. Talvez não concordemos com certo conselheiro que sugeriu que "as respostas são criadas, nunca descobertas", mas pode haver grande frustração se procurarmos produzir uma solução direcional e autoritária para todos os problemas. Nosso dever, lembre-se, é ser o instrumento do Espírito Santo para ajudar pessoas perturbadas. É mais importante de que procurar ser o homem das respostas — especialmente das respostas fáceis.

Jogo 5. "Deve haver alguém que pode ajudar." É possível que seja verdade, e, por esta razão, o encaminhamento freqüentemente é sábio. Devemos lembrar-nos, no entanto, que em muitas situações os amigos conselheiros são os melhores ajudadores que existem. Sempre reconheça que o "alguém" tão útil pode ser você.

Jogo 6. "Sou um conselheiro empático, caloroso, compreensivo e consistentemente competente." É exatamente assim, naturalmente, que *queremos* ser, mas tenhamos em mente que, na realidade, somos seres humanos falíveis que às vezes cometemos enganos — até mesmo enganos sérios de aconselhamento. Quando isto acontece, pedimos que o Senhor nos perdoe, em muitos casos pedimos que nossos auxiliados façam o mesmo, e continuamos resolutos que não cometeremos o mesmo erro outra vez.

PESSOAS PROBLEMÁTICAS QUE TELEFONAM

Um dos problemas com a ajuda por telefone é que as pessoas podem chegar até você a qualquer hora do dia ou da noite — inclusive à hora do jantar. Assim pode haver danos à própria família do conselheiro se as refeições e as rotinas do lar são perpetuamente interrompidas por pessoas que querem falar acerca de seus problemas. Era nossa casa, temos uma regra que ninguém fala no telefone durante o horário do jantar— especialmente eu. Para evitar que sejamos tentados, desligamos a campainha do telefone nos horários das refeições. Nossos amigos e aconselhados sabem disto, e se chamam na hora do jantar e não recebem resposta, simplesmente voltam a telefonar mais tarde.

Mesmo com uma salvaguarda como esta, no entanto, alguns dos que telefonam mostram-se insensíveis para com as necessidades do próprio ajudador, e podem ser, às vezes, de difícil trato." Entre eles são o chamador sutil, o crônico, o silencioso, e o obsceno.

O Chamador Sutil

O chamador sutil é aquele que realmente está pedindo ajuda mas não tem a coragem ou a disposição para abrir-se e dizer que tem problema. Conforme Dr. Gene Brockopp, do Serviço de Prevenção de Suicídio e das Crises, de Buffalo¹² estes apelos sutis por socorro podem assumir várias formas. Às vezes, aquele que telefona meramente interrompe o telefonema quando você responde, porque quer averiguar seu tom de voz antes de ele conversar. Mais tarde, disca de novo. Noutras ocasiões, o que telefona diz que está chamando em prol de algum amigo que tem um problema. Brockopp aceita aquilo que o chamador diz a pé da letra, mas também conserva em mente a hipótese de que é o próprio chamador que mais provavelmente tem o problema. Telefonemas pedindo informações (acerca do suicídio, da saúde mental, ou doutro tópico) são tratados da mesma maneira. Às vezes as pessoas são hostis ou dispostas a fazer piadas acerca daqueles que telefonam para pedir ajuda, mas freqüentemente trata-se de uma defesa. O conselheiro, ao reagir de modo gentil ou sério, freqüentemente chega ao problema sem demora. Estas chamadas também são um pouco sutis nisto: quem telefona talvez fale com um só nível de voz, mas realmente espera que receberá ajuda, simpatia e compreensão para um problema que ainda não conseguiu chegar a mencionar. Estas abordagens não se limitam ao aconselhamento por telefone. Muitas vezes também mascaram gritos por socorro feitos face a face.

O Chamador Crônico

O chamador crônico é a pessoa, freqüentemente solitária ou deprimida, que chama várias vezes ao dia. Naturalmente, o ajudador fica muito cansado, e é difícil lidar com o caso. Poderíamos mandar tais pessoas não telefonar mais, ou poderíamos deixá-las falar durante tanto tempo quanto quiserem em

cada telefonema, mas nestas duas hipóteses não temos muita probabilidade de sermos úteis, e nós mesmos talvez sentiríamos uma frustração culposa. Muitas vezes, é útil estabelecer limites, talvez declarando que as chamadas devem ser limitadas a dez minutos — e observando esta regra. Além disto, Brockopp sugere que tais pessoas sejam colocadas em contato com agências de ajuda comunitária, que haja bastante apoio mas um mínimo de confrontação, que problemas específicos e concretos sejam discutidos juntamente com possíveis soluções (ao invés de deixar quem telefona continuar divagando), que chamadores crônicos sejam colocados em contato uns com os outros ou com amigos ajudadores na igreja que têm mais tempo para escutar, que você sugira a "terapia por escrito" (em que o chamador escreve acerca de seus problemas e coloca suas cartas no correio ao invés de falar), e que o chamador receba telefonemas periódicos para ele ter a certeza de que nos importamos. Mais um detalhe: não devemos sentir-nos culpados por colocarmos alguns limites quanto ao tempo ou ao número dos telefones. Ajuda o chamador a enfrentar a realidade e contribuir para a saúde mental do conselheiro e de sua família.

O Chamador Silencioso

O chamador silencioso apresenta um tipo diferente de problema. Trata-se de uma pessoa que tem motivação suficiente para telefonar, mas que se recusa a falar uma vez que entra em contato telefônico com você. Como ajudador, você passa, então, a ter um problema duplo. Está completamente separado de indícios físicos bem como auditivos. Em tais ocasiões, você poderia ler sua correspondência ou um livro — pois o que telefona também não pode ver você — mas é melhor encorajá-lo um pouco. "Às vezes é difícil falar, não é?" é uma boa expressão para dar abertura à conversa. "Há alguma coisa que posso fazer para ajudar?" "Gostaria de conversar com você," ou "É difícil saber o que está acontecendo se você não fala," são respostas possíveis, todas elas. Quando tudo o mais fracassa, pode experimentar uma resposta assim: "Gostaria de conversar com você, mas terei de interromper o telefonema daqui a um minuto se você não puder falar." Se ainda houver silêncio, você pode dar-lhe a certeza do seu interesse e da solicitude de Deus, encorajá-lo a voltar a telefonar nalguma outra

oportunidade, e depois se despedir dele antes de colocar o fone no gancho.

O Chamador Obsceno

O chamador obsceno gosta especialmente de chamar os líderes das igrejas, porque gosta de chocar as pessoas e de ver se consegue deixá-las zangadas. Se pôde conseguir deixar um pregador irritado, ajuda a convencê-lo que as pessoas religiosas não são tão boas assim — e que talvez sejam tão ruins quanto ele. De modo estranho, isto contribui à auto-estima dele, assim como a sensação de que xingar é um modo de asseverar sua masculinidade ou seu poder sobre outras pessoas. Ficar zangado com semelhantes chamadores não é o modo certo de lidar com esta situação, mas não é apropriado, tampouco, escutar com "consideração positiva incondicional." A firmeza, misturada com a bondade e a compaixão, é provavelmente a melhor abordagem. "Tenho prazer em conversar com você," podemos dizer, " mas preciso pedir-lhe que não empregue este tipo de linguagem." Se o chamador persiste, ameaça desligar o telefonema, e depois, coloque o fone no gancho. Se as chamadas persistem, deve-se entrar em contato com a polícia local ou a companhia telefônica. Lembre-se que estas pessoas que telefonam têm problemas, e que seus telefonemas talvez sejam um apelo oculto por socorro e compreensão.

O DISCIPULADO E O TELEFONE

Por motivos óbvios, Jesus nunca empregou o telefone em Seu ministério, mas, para nós, o telefone, bem como a televisão e os sistemas de auto-falantes, é um instrumento que nos dá oportunidades maiores para intervir na vida dos outros. Como no caso da ajuda face a face, a ajuda por telefone tem os mesmos alvos de discipulado. Embora seja improvável que alguém venha a ser completamente discipulado pelo telefone, é tecnicamente possível. O telefone certamente pode ser empregado para oferecer encorajamento, conselho, orientação e confrontação. O evangelho pode ser apresentado pelo telefone, podemos orar com pessoas pelo telefone, e podemos encorajá-las em seu crescimento pessoal e espiritual. Os reclusos podem ter um ministério especial pelo

telefone, pois podem usá-lo para chegar aonde não podem ir pessoalmente.

Conforme foi indicado no início deste capítulo, a maior parte da ajuda pelo telefone é prestada por não-profissionais. Esta é a área de perícia especial e sem igual do amigo ajudador. Sendo assim, é uma abordagem à ajuda que não deve ser olvidada por aqueles cujo alvo final na vida é cumprir a Grande Comissão e ir por todo o mundo para fazer discípulos. Parte da nossa ida pode muito bem ser através do telefone.

7. O SUICÍDIO E A AJUDA POR ENCAMINHAMENTO

Dentro dos próximos sessenta segundos alguém na América do Norte tentará tirar sua própria vida e, a não ser que você saiba fazer a leitura dinâmica, antes de você chegar ao fim deste capítulo, uma destas tentativas será bem-sucedida — um ser humano terá morrido por sua própria mão. As probabilidades são que a vítima será masculina, idosa e deprimida, pois estas pessoas são as mais bem-sucedidas em matar-se. O suicídio tem sido descrito como coisa muito democrática. Observa-se entre os ricos e os pobres, os cultos e os incultos, os jovens e os velhos. E vê-se entre os cristãos, e não somente com os descrentes.

Considere Marsha, por exemplo. Bonita e vivaz, foi criada numa família cristã, e falava abertamente acerca de sua dedicação a Cristo. No colégio, no entanto, este testemunho começou a causar problemas. Os demais estudantes criticavam Marsha por causa de sua religião, e procuravam pressioná-la para que tomasse drogas e participasse do estilo de vida deles, com liberdade sexual. Marsha sentia um verdadeiro tumulto interior. Conversou com seus pais cristãos, e estes procuraram ajudai, mas sem sucesso. Certa manhã, o corpo dela foi achado no carro da família, onde morrera envenenada por monóxido de carbono.

MIL POR DIA

Segundo a Organização Mundial da Saúde, aproximadamente mil pessoas morrem, no mundo inteiro, cada dia, como Marsha, como resultado do suicídio.¹ Estas cifras provavelmente são

baixas. Em lugares como os Estados Unidos, o Canadá, ou a Europa Ocidental, a auto-destruição não é coisa muito honrosa, de modo que as certidões de óbito raramente mencionam o suicídio se há outra explicação possível para a morte. As cifras oficiais também ocultam o fato de que grande número de pessoas procura matar-se sem conseguir seu intento. Foi estimado que, para cada suicídio bem-sucedido há oito ou dez tentativas malogradas, o que significa que cerca de 10.000 pessoas tentarão o suicídio hoje mesmo, nalguma parte do mundo!²

Nalguma ocasião, qualquer pessoa que está envolvida na ajuda às pessoas terá que enfrentar alguém que está ameaçando o suicídio. Nossa reação natural talvez seja entrar em pânico ou empurrar o auxiliado para outra pessoa cuidar. O encaminhamento provavelmente seja a melhor reação afinal das contas, mas às vezes não é viável, e ocasionalmente é extremamente desaconselhável. Louis Dublin, que foi um pioneiro na prevenção do suicídio, observou certa vez que o amigo conselheiro é "provavelmente a descoberta isolada mais importante na história da prevenção do suicídio, que conta com cinquenta anos. Pouco progresso foi feito até que ele entrou em cena." Os ajudadores não-profissionais se revelaram muito eficazes em ajudar as pessoas a vencerem as crises que as levaram a contemplar o suicídio. O não-profissional, portanto, talvez seja a pessoa mais crucialmente importante em ajudar as pessoas que estão pensando em suicidar-se. Por esta razão, os ajudadores não-profissionais das pessoas precisam de todos os conhecimentos que podem obter, para reconhecer um suicida em potencial e resolver o que fazer com o caso.

A NATUREZA DO SUICÍDIO

A ocorrência do suicídio é tão antiga quanto a história humana registrada. É descrito nos escritos egípcios, hebreus e romanos da antigüidade, foi discutido pelos filósofos gregos, e tem sido assunto de preocupação para certo número de autores e teólogos no decurso da era cristã inteira. A Bíblia registra sete casos de suicídio,⁴ dos quais a morte de Saul e o enforcamento de Judas Iscariotes são provavelmente aqueles que mais se conhecem. Em nenhum lugar da Escritura recebemos uma avaliação direta do suicídio, embora o assassinato seja claramente

condenado e, à medida que se pode considerar o suicídio como sendo o assassinato de si mesmo, é. um pecado contra Deus. Ele criou a vida mediante Seu Filho (Hb 1:1-3), Ele sustenta a vida e presumivelmente é Ele — e não nós — que tem o direito exclusivo de tirar uma vida conforme Sua soberania divina.

Para muitas pessoas, no entanto, chega um momento ou momentos na vida em que as crises são tão ruins, e as situações parecem ser tão desesperadoras que a morte é vista como sendo a única saída. Durante muitos anos, a delegacia da polícia em Los Angeles foi coletando as cartas de suicídio das pessoas que tiraram sua própria vida, mas ninguém prestou muita atenção a elas até que dois psicólogos, chamados Edwin Shneidman e Norman Farberow começaram a lê-las e analisá-las. Finalmente, esta atividade levou ao estabelecimento do Centro da Prevenção do Suicídio de Los Angeles o qual, durante as duas últimas décadas, lidou, literalmente com milhares de pessoas suicidas e potencialmente suicidas.

Baseados nesta experiências, Farberow, Shneidman e um psiquiatra chamado Robert Litman fizeram muita coisa para ensinar a todos nós acerca do suicídio e para demonstrar como o suicídio pode ser evitado.⁵ Quase sempre, uma tentativa de suicídio é um grito por socorro, um modo não-verbal de dizer: "Estou sob muita pressão e não sei o que mais posso fazer." O trabalho do ajudador, portanto, é duplo: julgar quão séria é a ameaça da pessoa se matar, e adotar algum tipo de ação baseada nesta avaliação.

AVALIANDO O POTENCIAL DO SUICÍDIO

Quase toda pessoa que tenta o suicídio dá de antemão alguns indícios de suas intenções. As vezes os indícios são bastante claros — como quando a pessoa declara que está "pensando em suicidar-se." Mais freqüentemente, no entanto, os indícios são muito mais sutis, e o ajudador precisa ficar na alerta para não perdê-los. De modo geral, os indícios são de cinco tipos: verbal (o que diz), comportamental (o que faz), descritivo (quem ele é), situacional (o que aconteceu), e sintomático (como está enfrentando). Ao avaliar o potencial para o suicídio, o conselheiro deve procurar conservar em mente todas estas coisas.

Indícios Verbais

Estes podem ser de dois tipos. Às vezes a pessoa fala a verdade abertamente e diz que está pensando em suicidar-se. Tais ameaças devem ser levadas a sério. A velha idéia de que "se ele fala nisto, não vai pôr em prática" é um conto de carochinha que não tem base alguma nos fatos.

O segundo tipo de indício verbal é mais sutil. Declarações tais como "Não vou estar no serviço na semana que vem" ou "Este é a última prova que vou enfrentar nos meus estudos" não mencionam o suicídio, mas sugerem fortemente que é uma possibilidade. Perguntas tais como "O que devo fazer para uma amiga que está pensando em matar-se?" também podem ser vistas como indício velado das intenções da própria pessoa que fez a pergunta.

Às vezes é apropriado perguntar a uma vítima em potencial do suicídio se já pensou como iria matar-se. De modo geral, se já pensou acerca da ocasião, do lugar e do método, está sério quanto a suas intenções, especialmente se seu método é algo como usar uma arma de fogo ou pular de uma sacada de um andar alto. Estes são métodos que quase sempre funcionam (sempre supondo que a arma de fogo está carregado e a sacada suficientemente alta), diferentemente de cortar os pulsos ou tomar uma quantidade maior de aspirinas. Se já possui uma arma de fogo ou já comprou o raticida, a ameaça é ainda maior.

Indícios Comportamentais

Às vezes, as pessoas não mencionam o suicídio, mas suas emoções e ações apontam naquela direção. A maioria das pessoas que contemplam o suicídio está deprimida e sente que não há esperança na vida. Uma vez que resolvem matar-se, porém, sentem-se mais relaxadas. Já foi feita uma decisão, foi removida parte da pressão, e demonstram uma mudança repentina e notável na sua disposição de ânimo. Os parentes ficam encorajados por estes sinais, até que ocorre a tentativa de suicídio.

Às vezes, as ações de uma pessoa revelam suas intenções. Liquidar contas antigas, atualizar apólices de seguro, dando de presente posses estimadas, tais como um equipamento de som ou

um jogo de tacos de golfe, cessar de comunicar-se com um conselheiro podem ser indicações comportamentais de que a pessoa está se preparando para partir para sempre.

Indícios Descritivos

Estes se referem àquilo que a pessoa é, e tais indícios podem ser úteis para o conselheiro, ou não. Conforme já vimos, pessoas de todas as idades e posições se suicidam, mas algumas são mais propensas do que outras. De modo geral, os homens se suicidam mais frequentemente do que as mulheres, e as pessoas acima de quarenta anos de idade o fazem mais do que os mais jovens. As mocinhas podem falar do suicídio e até mesmo fazer tentativas não muito sérias, mas um homem acima de cinquenta anos de idade é uma ameaça maior.

Até certo ponto, o estilo de vida da pessoa também é importante. Algumas pessoas fazem ameaças crônicas. Como o menino que gritava "lobo!", ameaçam frequentemente e, à medida em que ficam mais velhas, aumenta-se a probabilidade de colocarem em prática. De modo geral, no entanto, as ameaças destas pessoas não são tão sérias como as que são feitas por pessoas que tiveram a vida e o casamento estáveis. Estas pessoas frequentemente podem ser ajudadas a passar por uma crise, mas neste exato momento estão sendo muito sérias a respeito do suicídio e, se não forem vigiadas com cuidado, podem repentinamente estar mortas!

Indícios Situacionais

Antes de as pessoas começarem a pensar no suicídio, usualmente há alguma crise ou tensão que não conseguem enfrentar. A perda de um ente querido, a descoberta de um câncer, ou outra enfermidade séria, a separação dos filhos, a perda do emprego ou da posição, o divórcio, o desespero por causa da incapacidade de controlar a bebida ou os excessos sexuais, a detenção, o envolvimento em crimes, a destruição das propriedades, a perda do dinheiro — todas estas coisas podem submeter a pessoa a tensões extremas. Até mesmo coisas boas — tais como uma promoção ou a formação na faculdade — causam tensões à maioria das pessoas. A tensão, portanto, sempre deve ser

vista conforme a perspectiva do auxiliado, pois ele pode ver a situação muito diferentemente do que nós a vemos.^D Quando é intensa a tensão, a probabilidade do suicídio também é provavelmente alta.

Indícios Sintomáticos

A questão difícil de como uma pessoa *lida cova* a tensão é tão importante quanto a própria tensão. Segundo Shneidman⁷ há vários sintomas que indicam que a pessoa não está conseguindo vencer muito bem a crise. Estes sintomas incluem a depressão e o desespero, a desorientação ou a confusão, uma tendência para queixar-se ou estar insatisfeita e, às vezes, uma atitude desafiadora que diz, em essência, "Posso estar em maré baixa, mas pelo menos quem manda em acabar com minha vida sou eu!" Os alcoólatras, os viciados em drogas, as pessoas que estão gravemente enfermas, e aqueles que pensam que sua doença é mortal, todos eles podem ser suicidas de alto potencial, especialmente se se sentem esmagadas por estas condições.

A DISPONIBILIDADE DE AJUDADORES

Quando uma pessoa está solitária, preocupada, e sem ninguém para conversar, a vida é muito mais difícil, e o suicídio é muito mais provável do que quando se tem parentes e amigos que estão por perto e que realmente se importam com ela. Mesmo quando existem tais pessoas, não podem ajudar muito se não têm qualquer indicação de que uma pessoa talvez esteja pensando em suicidar-se. Consideremos, por exemplo, os dentistas, médicos e advogados — todos os quais têm uma taxa de suicídio mais alta do que a mediana, embora todos entrem em contato com outras pessoas todos os dias. O que estes profissionais têm em comum é uma falta de outras pessoas às quais podem apelar durante tempos de tensão. As pessoas não acreditam que profissionais bem-sucedidos possam contemplar o suicídio, e estes profissionais relutam em conversar acerca do tumulto que há dentro deles.

Por contraste, quando há alguém para conversar acerca do problema, a probabilidade da auto-destruição é consideravelmente reduzida. Os amigos e os parentes são os ajudadores mais óbvios,

mas há outros recursos — vizinhos, colegas de serviço, membros da igreja, pastores, professores, médicos da família, conselheiros particulares, ou até mesmo cabeleireiros e cabeleireiras. Todas estas pessoas às quais se pode apelar são capazes de ajudar. O desconhecido que atende o telefone no centro de prevenção do suicídio também pode ajudar, bem como a polícia que atende uma chamada de emergência. Você também pode ajudar!

A tabela 3 é um resumo dalguns dos indícios mais comuns do suicídio. Pode ser empregada como uma lista para computar pontos a fim de averiguar qual é a seriedade da pessoa em pensar em liquidar sua própria vida. De modo geral, quanto maior o número de pontos conferidos em sua lista, tanto maior o perigo do suicídio.

TABELA 3

Lista para Avaliar o Suicídio

Verbal

- Falar abertamente do suicídio
- Falar em não estar presente no futuro próximo
- Perguntas acerca do suicídio
- Já não conversar mais com o conselheiro

Comportamental

- Depressão severa (inclusive apatia e insônia)
- Melhoria repentina da atitude mental
- Culpa, vergonha, embaraço
- Sentimentos de hostilidade, vingança
- Tensão e ansiedade
- Juízo defeituoso
- Conhecimento de métodos disponíveis
- Planos claramente pensados
- Disponibilidade do método proposto (arma de fogo, drogas, etc.)
- Distribuição dos bens
- Compra ou atualização de apólices de seguro
- Pagamento de contas antigas
- Pondo em dia os negócios pessoais

Descritivo

- Masculino

- Acima de 40 anos
- Uma tentativa quase bem-sucedida no passado, ou mais
- Decisão repentina, pela primeira vez, de matar-se

Situacional

- Perda de ente querido pela morte, divórcio ou separação
- Perda de dinheiro, prestígio, emprego (inclusive a aposentadoria)
- Doença, enfermidade grave, cirurgia, acidente, perda de um membro
- Ameaça de processo criminal
- Mudança(s) na situação da vida
- Fracasso do aconselhamento
- Sucesso, promoção, aumento da responsabilidades

Sintomático

- Sentimentos de desespero
- Insatisfação
- Pensamento confuso
- Tendência a queixar-se
- Atitude de desafio
- Problema com drogas ou bebidas
- Incapacidade de controlar impulsos

Recursos

- Nenhuma base para apoio (amigos, parentes, etc.)
- Família e amigos disponíveis, mas não querem ajudar
- Nenhum contato com a igreja ou a comunidade
- Vive sozinho

PREVENINDO O SUICÍDIO

Para a maioria de nós. pode ser amedrontador o reconhecimento de que, nalguma ocasião, podemos conversar com alguém que seriamente considera o suicídio. Não é incomum, portanto, quando um ajudador em potencial se retrai, esperando não ter escutado corretamente ou que talvez a pessoa vá para outro lugar com seu problema. Em certa pesquisa foi averiguado que dois terços de todos os suicidas comunicaram suas intenções antes de matar-se, mas que as pessoas que receberam as comunicações ou entraram em pânico, ou nada fizeram.⁸ Os amigos, parentes e outros que poderiam ter ajudado, não o fizeram por ficarem tensos, preocupados, ou sem certeza quanto àquilo que deveriam fazer. Aparentemente, esperavam que o problema desapareceria, mas ao

fazer assim, negligenciaram um grito por socorro. Depois do suicídio, estas pessoas provavelmente se sentiram muito culpadas.

A decisão de suicidar-se é primariamente uma indicação de que alguém está numa crise. As técnicas para a intervenção numa crise, discutidas no capítulo 5 são, portanto, úteis para lidar com um auxiliado suicida. Basicamente, alguém está clamando por socorro, e nossa tarefa é providenciar este socorro ao escutar e responder com solicitude e honestidade. O que realmente necessitamos sugere-se, são "olhos e ouvidos atentos, boa intuição, uma pitada de sabedoria, uma capacidade de agir de modo apropriado, e resolução profunda."⁹ Parece fácil, mas realmente não é suficientemente específico.

Conselhos mais úteis são dados num pequeno panfleto publicado pela Comissão de Negócios Públicos de Nova York:¹⁰

Leve, *sim*, a sério qualquer ameaça, comentário ou ato suicida. O suicídio não é brincadeira. Não tenha medo de perguntar à pessoa se realmente está pensando em suicidar-se. A alusão não implantará a idéia na sua cabeça. Pelo contrário, ficará aliviada a saber que está sendo levada a sério, que está sendo entendida melhor do que imaginava.

Não desconsidere uma ameaça suicida, nem subestime sua importância. Nunca diga: "Esqueça isto. Você não vai se matar. Decerto não quer dizer isto, realmente. Você não é o tipo certo." Observações deste tipo podem ser um desafio para uma pessoa suicida. Tal pessoa precisa de atenção, não de rejeição. Qualquer pessoa que está suficientemente desesperada pode ser "o tipo".

Não procure chocar ou desafiar a pessoa, dizendo: "Oh! vá adiante e faça-o." Uma observação impaciente deste tipo talvez seja difícil para refrear se uma pessoa já repetiu muitas vezes suas ameaças, ou tem sido incômoda a sua presença. Mesmo assim, é um convite mal-pensado ao suicídio.

Não procure analisar o comportamento da pessoa e confrontá-la com interpretações de suas ações e sentimentos durante o momento da crise. Um profissional deve fazer isto, em ocasião posterior.

Não argumente com o indivíduo acerca de se deve viver ou morrer. Não se pode ganhar este argumento. A única posição possível que se pode assumir é que a pessoa *deve* viver.

Não tome por certo que o tempo sara todas as feridas, e que tudo melhorará por si só. Pode acontecer, mas não se pode contar com isto.

Seja, *sim*, disposto a escutar. Talvez você já tenha ouvido a história, mas ouça-a de novo. Fique genuinamente interessado, seja forte, estável e firme. Prometa à pessoa que tudo será feito para conservá-la com vida, pois é disto que mais precisa.

Não é conversa sem base lembrar o ajudador cristão de que temos uma fonte divina de força e de sabedoria para ajudar-nos e para operar através de nós à medida em que falamos com pessoas perturbadas. Lembre-se que a melhor maneira de ajudar as pessoas é ser um amigo e empregar todos os recursos disponíveis para ajudar a pessoa aflita a vencer com sucesso a crise. Muitas vezes, esta amizade é o primeiro passo para o testemunho, o discipular e para mostrar como este indivíduo pode ter a vida em toda a sua plenitude (João 10:10) a despeito das dificuldades do momento.

FAZENDO ENCAMINHAMENTOS

Embora o amigo conselheiro freqüentemente pode ser extremamente útil em resolver crises suicidas, talvez não possa dar conta de todos os problemas que chegam a ele. *Um dos modos mais relevantes de ajudarmos as pessoas é encaminhá-las, e às vezes levá-las, a fontes mais profissionais de ajuda.* Fazer assim não é uma confissão de fracasso; é o reconhecimento maduro de que nenhum de nós pode ajudar todas as pessoas. Muitas pessoas podem obter assistência melhor dalguém com treinamento ou perícia especial numa área em que não temos competência. Se realmente estamos interessados em ajudar as pessoas, não oporemos resistências à idéia de fazer encaminhamentos.

Voltemos por momentos ao tópico do suicídio. Se ficamos sabendo que alguém tomou uma dose excessiva de pílulas, é óbvio que não vamos ficar sentados com ele, demonstrando empatia e calor. Levamo-lo para o hospital, entramos em contato com seu médico, se possível, e depois procuramos chamar algum parente. O alvo imediato é obter atenção médica tão logo quanto possível. Se não podemos chegar pessoalmente ao doente, talvez tenhamos

de chamar uma ambulância, a polícia ou um centro local de prevenção ao suicídio e pedir sua intervenção.

Esta necessidade de encaminhar também ocorre, naturalmente, em ambientes menos traumáticos. Nosso dever é providenciar apoio e encorajamento a curto prazo enquanto procuramos levar o auxiliado a outra pessoa que pode fazer um trabalho melhor como ajudador. Para fazer assim, devemos procurar conservar em mente as respostas a três perguntas básicas. Para onde encaminho? Quando encaminho? Como encaminho?

Para onde Encaminhar?

Os ministros e conselheiros profissionais freqüentemente têm um fichário de pessoas e lugares para os quais nossos auxiliados podem ser encaminhados. O amigo ajudador usualmente não tem estas informações, embora muitas vezes possa obter sugestões ao telefonar para um conselheiro local de experiência. Nas remotas áreas geográficas, a gama de escolhas pode ser limitada, mas nos centros metropolitanos maiores as possibilidades são quase infinitas.

Os profissionais particulares freqüentemente representam a primeira linha de ação. Os psiquiatras,, psicólogos, e assistentes sociais psiquiátricos autorizados, por exemplo, são conselheiros cujos nomes podem ser achados nas páginas amarelas da lista telefônica. Não limite seus encaminhamentos a estes profissionais, no entanto. Às vezes o aconselhando precisa de um bom médico de clínica geral, dentista, advogado ou banqueiro para ajudar com o problema. E muito freqüentemente o aconselhando pode obter mais ajuda de um pastor. A não ser no caso do pastor, os profissionais particulares amiúde cobram honorários elevados, e este fato talvez influa na decisão de onde encaminhar. Lembre-se, também, que os profissionais muitas vezes se reúnem em clínicas ou grupos que podam providenciar ajuda.

As agências comunitárias são outra fonte de ajuda. Algumas destas, tais como as clínicas de saúde mental, os hospitais psiquiátricos, ou os ambulatorios psiquiátricos dos hospitais gerais, lidam primeiramente de situações problemáticas pessoais. As clínicas conjugais, naturalmente, lidam com casamentos

perturbados, e os centros para os viciados em drogas têm uma ênfase especializada também. Há, além disto, agências que ajudam as pessoas, mas sem tratarem das assim-chamadas doenças mentais. Centros de orientação vocacional, agências de emprego, sociedades de assistência jurídica, agências de assistência social, e muitas das agências dos Fundos Reunidos oferecера ajuda comunitária, freqüentemente a uni custo mínimo. Grupos tais quais sociedades em prol dos cegos e a associação para as crianças excepcionais não devem ser olvidados nem as agências governamentais, tais como a repartição para reabilitação vocacional (SENAI, SENAC), ou o departamento de assistência social. O departamento governamental de assistência social pode oferecer orientação em descobrir outros lugares de encaminhamento se ele mesmo não pode ajudar.

Organizações leigas também podem ajudar com o encaminhamento. Alcoólatras Anônimos, por exemplo, é provavelmente o melhor lugar para encaminhar o bebedor problemático que deseja ajuda. A.A. também tem grupos para os cônjuges e filhos dos alcoólatras. Grupos tais como TOPS (diminuição sensata do peso), Synanon (para ajudar os viciados em drogas), ou Recovery, Inc. (para ajudar aqueles que foram doentes mentais) têm tanta influência que certo psicólogo escreveu um livro inteiro acerca da sua eficácia.¹¹ A Tabela 4 na página seguinte alista alguns dos serviços de encaminhamento que mais freqüentemente se usam.

Ao fazer o encaminhamento, o cristão está defronte a uma preocupação muito básica: qual é o conceito da religião mantido pelo conselheiro ou grupo ao qual encaminho o auxiliado? Fazemos uma pressuposição injustificada se tiramos a conclusão de que todos os conselheiros não-cristãos se opõem à religião e de que estão resolutos em subverter a fé de seus aconselhados, embora seja verdade que isto às vezes acontece. É verdade, também, que muitos psicólogos cristãos ou outros profissionais cristãos podem empregar uma abordagem terapêutica pouco diferente da abordagem dos conselheiros não-cristãos. Nosso desejo é ver indivíduos tornarem-se discípulos e discipuladores. É difícil, portanto, ver como se pode fazer progresso em direção a este alvo se o conselheiro tem um grupo de alvos puramente seculares, ou se nunca ouviu falar em discipulado.

Não nos esqueçamos, no entanto, que Deus é soberano e poderoso. Não exige que as pessoas — inclusive você e eu —

tenham teologia perfeita antes de serem usados. Se examinarmos as Escrituras, descobriremos que Deus às vezes até usa os descrentes para realizar Seus propósitos divinos. Um conselheiro não-cristão, assim como um médico ou advogado não- cristão, pode às vezes empregar sua perícia profissional para guiar um aconselhando através de uma crise, ou para ajudar a reestruturar uma personalidade, atividades estas que podem levar a pessoa a um ponto em que está mais pronta a aceitar a Cristo e avançar em direção a tornar-se discípulo. Às vezes é necessário solucionar problemas físicos ou psicológicos antes de podermos chegar à parte espiritual, e já indicamos antes que todos estes aspectos da personalidade são importantes.

Mesmo assim, encaminhar alguém para um conselheiro não-cristão ou não dedicado pode realmente ser prejudicial às vezes, e, por esta razão, todas as tentativas devem ser feitas no sentido de achar alguém que segue princípios de terapia baseados na Bíblia. Para sermos realistas, devemos reconhecer que tais pessoas são raras, e que às vezes teremos que escolher um profissional cuja atitude para com a religião não seja de julgamento. Deus às vezes emprega tais pessoas para efetuar uma cura que, em última análise, deixa o auxiliado crescer como discípulo.

TABELA 4
Para onde Encaminhar

Pode haver uma variedade de lugares de encaminhamento em qualquer comunidade específica. A maioria destes consta de listas telefônica. A agência estatal de Bem-Estar Social freqüentemente pode providenciar informações para encaminhamento, além das seguintes sugestões:

Problema:	Considerar o encaminhamento para:
alcoolismo	Alcoólatras Anônimos, hospital geral, médico, psiquiatra, Exército da Salvação
Maus tratos ou necessidades das crianças	Creches, Serviços de Amparo aos Menores, Juizado de Menores
Depressão, comportamento estranho, ansiedade, confusão,	psicólogo, psiquiatra, clínica de saúde mental

etc.	
Problema de drogas	hospital geral, clínica de aconselhamento, psiquiatra, centros de recuperação de viciados
Financeiro	PIS, PASEP, FGTS, Sindicatos, Igrejas, bancos, financeiras
Deficientes	Sociedade dos Cegos, Sociedade para Crianças Excepcionais, Associações de Ajuda aos Deficientes
Problemas jurídicos	advogado, OAB
Problema no casamento	conselheiro conjugal, psicólogo, assistente social, clínica de aconselhamento, pastor
Pessoa perdida	repartição da polícia
Problema físico	médico
Envenenamento	hospital geral
Gravidez	médico, pastor
Problema espiritual	pastor
Ameaça de suicídio	centros de prevenção de suicídio, psicólogo, psiquiatra, clínica de saúde mental, pastor
Vocacional	Agência particular de empregos, conselheiro de orientação escolar, psicólogo, CIEE

Quando Encaminhar

Houve um tempo, há vários anos, quando os conselheiros profissionais sugeriam como rotina que todos os problemas de aconselhamento deviam ser encaminhados. O. Hobart Mowrer, ex-presidente da Associação Psicológica Americana, desafiou este ponto de vista num livrinho controvertido que sugeriu que os cristãos, até mesmo os leigos, podem trazer ao aconselhamento uma dimensão espiritual terapêutica que nenhum terapeuta secular consegue igualar.¹² Quando começaram a aparecer as pesquisas que demonstravam a eficácia dos amigos conselheiros e a insuficiência numérica de conselheiros profissionais, mais e mais pessoas começaram a tirar a conclusão de que o encaminhamento nem sempre era a melhor coisa. Às vezes é melhor para o ajudador dedicado ficar firme com seu auxiliado, talvez com conselho ocasional de um conselheiro mais experimentado.

Mesmo assim, o encaminhamento é necessário quando o ajudador atual não tem tempo, resistência ou estabilidade emocional, perícia ou experiência para continuar o aconselhamento. Como regra geral, devemos encaminhar quando parece que não estamos ajudando a pessoa a lidar com o problema da vida ou a desenvolver-se como pessoa inteira. Mais especificamente, é importante procurar ajuda de fora para auxiliados que:

- estão com dificuldades jurídicas
- têm necessidades financeiras severas
- requerem atendimento médico
- estão severamente deprimidos ou suicidas
- exigem mais tempo do que podemos oferecer
- querem mudar para outro conselheiro
- demonstram comportamento extremamente agressivo
- fazem uso excessivo de drogas ou álcool
- despertam fortes sentimentos de aversão, estímulo sexual ou ameaça no conselheiro
- parecem estar severamente perturbados.

Às vezes é muito fácil perceber uma pessoa severamente perturbada, mas noutras situações a perturbação é menos óbvia. Certos escritor fez a seguinte lista concisa de sintomas que podem indicar a presença de uma perturbação profunda:

(a) A pessoa acredita que outros estão procurando fazer-lhe mal, assaltá-la sexualmente, ou influenciá-la de modos estranhos.

(b) Tem ilusões de grandeza quanto a si próprio.

(c) Demonstra mudanças abruptas em seu padrão típico de comportamento,

(d) Ouve vozes, vê visões, ou cheira odores que não existem,

(e) Tem idéias e temores rígidos e estranhos que não podem ser influenciados pela lógica.

(f) Entrega-se a um padrão repetitivo de ações compulsivas ou pensamentos obsessivos.

(g) Está desorientada (sem consciência do tempo, do lugar ou da identidade pessoal).

(h) Está deprimida ao ponto de quase entrar na letargia, ou

está estranhamente exaltada e/ou agressiva.

(i) Retira-se para seu mundo interior, e perde interesse nas atividades normais.¹³

Quando aparecem sintomas tais como estes, o encaminhamento seria uma alternativa sábia.

Cosmo Encaminhar

O encaminhamento não é uma coisa que os auxiliados sempre aceitam com entusiasmo, especialmente se originalmente vieram a você procurando ajuda, e já foi edificado um bom relacionamento. É importante, pois, que o auxiliado não se sinta rejeitado ou "empurrado" para outra pessoa. Para fazer o processo de encaminhamento correr de modo tão suavemente quanto possível, várias orientações devem ser conservadas em mente.

Em primeiro lugar, inclua o auxiliado na decisão do encaminhamento. Lembre-se que o ajudador e o auxiliado são cooperadores que procuram juntos solucionar alguns problemas. Devem resolver juntamente como os problemas podem ser solucionados de modo mais eficaz, o que talvez envolva o emprego doutro ajudador. Se é o ajudador atual que levanta a idéia pela primeira vez, deve fazê-lo suavemente, dando ao auxiliado bastante tempo para responder.

Em segundo lugar, o ajudador pode preparar o caminho ao descobrir quais recursos comunitários estão disponíveis, qual é o preço deles, e se têm uma lista de espera, ou não. É provavelmente melhor se o auxiliado marca sua própria consulta com o novo conselheiro, embora esta não seja uma regra fixa e sem exceções.

Em terceiro lugar, converse acerca do relacionamento que terão depois do encaminhamento. Nos círculos profissionais, o conselheiro anterior usualmente toma uma atitude de "não toque!" quando o novo conselheiro assume o controle. Com o aconselhamento da parte do pastor ou do amigo, esta atitude nem sempre é necessária. O contato pode continuar, especialmente na base amistosa, apoiadora ou pastoral, embora o novo conselheiro ou grupo aceita a maior parte da responsabilidade para o aconselhamento.

O Encaminhamento na Bíblia

Esta idéia inteira de fazer encaminhamentos é tão antiga quanto a Bíblia. Talvez o exemplo mais interessante que ocorreu foi quando os israelitas estavam acampados ao sopé do Monte Horebe, no meio de suas viagens no deserto (Êxodo 18). Moisés percebeu que estava passando todo o seu tempo julgando o povo, ouvindo queixas, e resolvendo disputas. Sem dúvida, a maior parte disto era aconselhamento jurídico, mas talvez alguns problemas pessoais também eram trazidos a Moisés.

Jetro, sogro de Moisés, estava de visita nesta ocasião, e olhava tudo isto com preocupação sempre maior, porque parecia claro que Moisés estava se esgotando como ajudador das pessoas (Êx 18:18). Finalmente, Jetro entrevistou com alguns conselhos dele próprio. Escolha uns ajudadores capazes e tementes a Deus, Jetro sugeriu, que sejam homens fiéis, honestos, e disponíveis a todo tempo para ajudar com o aconselhamento. Quando os problemas ficam difíceis demais, estes ajudadores farão o encaminhamento a um conselheiro mais experiente (Êx 18:26).

Este é um bom modelo para nossos dias. Homens e mulheres de Deus, com perícia e cheios do Espírito Santo, têm o privilégio de se ajudarem mutuamente. Com este privilégio, no entanto, há a responsabilidade de encaminhar os casos difíceis a outras pessoas com maior competência. Encaminhar é, às vezes, a melhor maneira de ajudar.

8. AJUDA PREVENTIVA

Há muitas maneiras segundo as quais podemos ajudar as pessoas. O aconselhamento é, naturalmente, uma destas maneiras. Ajudadores sensíveis e bem-dispostos podem fazer muita coisa para auxiliar outras pessoas a enfrentar problemas, lidar com crises, e aprender como haver-se melhor no futuro.

Às vezes, porém a ajuda às pessoas nada tem a ver com crises ou problemas emocionais. Ajudar um amigo a fazer a mudança, pagar as crianças da vizinha por uma tarde, ou ajudar um colega na escola a preparar seu trabalho escrito trimestral,

todos são atos úteis que tornam a vida um pouco menos difícil para outra pessoa.

Outro tipo de ajuda é aquele que queremos discutir neste capítulo. É um tipo de ajuda que não é discutido muito frequentemente nos livros de aconselhamento, embora seja, em tudo tão importante quanto o aconselhamento mais tradicional. É conhecido por vários nomes — psiquiatria preventiva, por exemplo, ou psicologia comunitária — mas seu propósito é evitar problemas e crises, impedindo-os de desenvolver-se logo de início.

A prevenção de problemas pode envolver a psiquiatria e a psicologia, ou não. Usualmente, envolve comunidades inteiras, embora isto nem sempre seja necessário. Às vezes envolve o aconselhamento, mas nem sempre. Por falta de um termo melhor, vamos empregar "ajuda preventiva" para descrever a totalidade deste empreendimento de ajudar as pessoas a ficar a uma distância segura dos problemas em potencial.

OS ALVOS DA AJUDA PREVENTIVA

Usualmente, considera-se que a ajuda preventiva tem três alvos.¹ Em primeiro lugar, a ajuda preventiva procura *evitar os problemas* a fim de que não surjam em primeiro lugar. Esta às vezes é chamada prevenção primária, e envolve não somente a previsão das situações problemáticas antes de ocorrerem e a alteração ou evitação de condições que possam dar origem a problemas. O aconselhamento pré-nupcial é um exemplo excelente deste tipo de prevenção. Enquanto o casal ainda está considerando o casamento, as duas partes são alertadas aos problemas em potencial entre o marido e a mulher, e recebem instruções acerca de como evitar que tais problemas ocorram.

Em segundo lugar, a ajuda preventiva procura *frear ou parar problemas existentes* antes de ficarem piores. É chamada prevenção secundária, e envolve a diminuição da duração e severidade de um problema que está se desenvolvendo. Quando uma igreja promove seminários para o enriquecimento do casamento dos casais, frequentemente está ocupada em prevenção secundária. Problemas que talvez estivessem em desenvolvimento são identificados e solucionados antes de ficarem piores.

É muito difícil para alguém de fora frear os problemas que se desenvolvem na vida doutra pessoa. Nas suas etapas preliminares, os problemas em desenvolvimento muitas vezes permanecem ocultos — às vezes, até mesmo da pessoa que os tem — e a intervenção dalguém de fora freqüentemente é vista como intromissão. Pessoas que reconhecem que realmente têm problemas em desenvolvimento freqüentemente não querem ajuda, pois acham que podem lidar sozinhas com a situação. Às vezes, nem sequer querem uma situação diferente. A bebida ou o comportamento sexual promíscuo talvez sejam agradáveis logo de início, e as pessoas que se entregam a estas atividades preferem amiúde ser deixadas em paz.

Um terceiro tipo de ajuda preventiva, às vezes conhecida como prevenção terciária, procura reduzir ou *eliminar as influências dos problemas anteriores*. Suponhamos, por exemplo, que um ex-alcoólatra, doente mental ou encarcerado volta para sua cidade natal e procura emprego. Muitas vezes, tal pessoa encontra suspeita da parte doutras pessoas, críticas, preconceitos, falta de aceitação e grande dose de desconfiança. Tudo isto pode ser devastador para alguém que está querendo voltar à comunidade e retomar o ritmo da vida normal. Em tais situações, os ajudadores de pessoas podem trabalhar não somente com o indivíduo mas também com a comunidade para tornar mais suave a transição e evitar uma rejeição que talvez leve a pessoa que retornou a ficar tão desanimada que volte ao seu modo antigo de vida.

A PREVENÇÃO NA IGREJA E NA COMUNIDADE

Até recentemente, os evangélicos quase nada disseram acerca do problema da prevenção, ainda que a Bíblia esteja repleta de conselhos práticos de como a igreja e os crentes individuais podem viver uma vida mais estável. É possível, naturalmente, que muitos líderes religiosos vejam a prevenção como parte tão integral do programa da igreja que não precisa ser considerada pormenorizadamente. Mesmo assim, conforme demonstraram Clinebell e outros, a igreja poderia fazer um trabalho bem melhor para evitar problemas, através de seus cultos de adoração, suas aulas da Escola Dominical, as reuniões das "sociedades", e as reuniões administrativas. É certo que as igrejas nem sempre são

fortalezas de estabilidade mental. Frequentemente são caracterizadas por conflitos, mexericos, críticas e outras fontes de tensão que criam divisão no corpo e tensão dentro dos membros. Por contraste, a igreja poderia e deveria ser uma comunidade terapêutica. Como corpo local de crentes, a igreja deve contribuir para a saúde mental e estabilidade de cada membro, e deve preocupar-se com os meios de evitar os problemas individuais.

Diferentemente das algumas outras formas de ajuda, a prevenção ocorre mais frequentemente fora da entrevista formal. Quando um pastor fala a sua congregação acerca de resistir ao Diabo, quando o diretor da mocidade fala ao grupo de colegas acerca de como descobrir a vontade de Deus em sua vocação, ou quando a esposa do pastor fala a um grupo acerca de como realizar-se como mulher, está havendo ajuda preventiva. A mesma coisa ocorre quando um líder da Cruzada Universitária conversa informalmente com um estudante de faculdade acerca da vida cheia do Espírito, ou quando um obreiro dos Navegadores ou da Aliança Bíblica Universitária demonstra a um grupo de estudantes como pode ter um horário devocional regular. O obreiro entre os colegas que conversa informalmente, enquanto tomam um refresco, com um calouro a respeito de seus crescentes impulsos sexuais, também se ocupa na ajuda preventiva, embora talvez nenhum dos dois pare para perceber que a conversação está sendo uma forma de aconselhamento que talvez venha a evitar problemas futuros.

Não se deve pressupor que a ajuda preventiva se focaliza exclusivamente nos indivíduos. Pelo contrário, a prevenção pode envolver tanto os indivíduos quanto comunidades inteiras. Podemos, por exemplo, ajudar indivíduos específicos a evitar problemas, a frear problemas que se desenvolvem ou a reajustar-se após a solução de um problema anterior, mas também podemos trabalhar com grupos ou vizinhanças inteiras. Através da intervenção do governo ou outras agências, podemos trabalhar para evitar ou reduzir a depressão econômica, atos de crime, a degeneração moral nos meios de comunicação, ou outras condições sociais nocivas. Como resultado, sociedades inteiras podem evitar uma tensão em potencial e tornar-se mais estáveis e menos tensas.

A maior parte do interesse profissional no problema da prevenção teve este enfoque sobre a sociedade inteira. Agora existe

um campo de estudo chamado psicologia comunitária e outro que é chamado psiquiatria comunitária. As pessoas que trabalham nestas áreas procuram envolver-se ativamente na sociedade, inclusive a política, os clubes de serviço, as instituições educacionais, e os meios noticiários. Ao mudar a sociedade para lhe reduzir as tensões, supõe-se que os problemas pessoais serão evitados, que as dificuldades existentes serão reduzidas ou até mesmo eliminadas, e que o nível geral da saúde mental numa comunidade sara melhorado.

É interessante que o movimento de psicologia comunitária enfatiza grandemente as escolas, hospitais e agências de serviços sociais, mas diz muito pouco acerca do papel da igreja local na prevenção de distúrbios psicológicos. Num livro recente que pretende ser "uma introdução ao campo da psicologia comunitária,"² a igreja ou a religião nem sequer é mencionada no índice, e, de modo geral, é desconsiderada no texto. É possível que isto se deva à mente fechada dos psicólogos que só pensam na comunidade, mas é igualmente possível que se deva à falta da igreja, que não se envolve mais profundamente na prevenção dos problemas psicológicos.

Sem dúvida, o líder mais destacado no campo da psicologia pastoral preventiva é Howard Clinebell, que escreveu um livro nesta área e foi editor doutro.¹ Clinebell descreve o movimento de saúde mental comunitária como sendo "uma revolução social emocionante" que tem "profunda relevância humana" e "é uma das revoluções sociais mais importantes da história de nosso país, talvez do mundo inteiro." Este entusiasmo tem sua origem na crença de que ao transformar a comunidade podemos não somente ajudar as pessoas que sofrem com problemas psicológicos abertos ou ocultos, mas também podemos fazer muita coisa para evitar que dificuldades psicológicas surjam em pessoas que hoje estão bem-ajustadas. De modos criativos, Clinebell mostrou como a igreja pode desempenhar um papel relevante em mudar a sociedade e em providenciar um ambiente dentro de que será estimulada a saúde mental.

Este conceito da prevenção através da intervenção social tem sido muito popular entre as igrejas mais liberais. Em certo sentido, é uma forma nova do antigo evangelho social. Argumenta que transformar a sociedade é transformar a saúde mental dos indivíduos. Os evangélicos, na sua maior parte, concordariam que

é desejável transformar a sociedade e eliminar a pobreza, a injustiça racial, e outras condições que produzem tensão, mas insistiriam que é necessário satisfazer as necessidades espirituais dos indivíduos a fim de que haja maior estabilidade mental e a prevenção de problemas.

A AJUDA PREVENTIVA E O DISCIPULADO

Em nenhum Suger a questão do aconselhamento preventivo é mais claramente ilustrada do que na área do discipulado. O discípulo está sendo treinado para lidar com tensões futuras, solucionar tensões internas, crescer espiritualmente, e, finalmente, avançar para o alvo da maturidade espiritual e psicológica. A saúde mental às vezes é definida como sendo a maturidade física, intelectual, social e espiritual. Jesus é descrito na Bíblia como pessoa que crescia em estatura (físicamente), em sabedoria (intelectualmente), e na graça de Deus (espiritualmente), e em favor diante dos homens (socialmente). Era a epítome de boa saúde mental, e treinou Seus discípulos a enfrentar seus problemas futuros de modo saudável e criador.

Mateus 10 dá um exemplo esplêndido das técnicas de aconselhamento preventivo empregadas por Jesus. Nesta ocasião, estava fazendo os preparativos para enviar os discípulos numa breve missão de treinamento, e antes da partida deles, preparou-os para aquilo que encontrariam. Ao alertá-los aos problemas em potencial, capacitou-os a evitar dificuldades que doutra forma teriam surgido. Este solucionar dos problemas antes de surgirem é a verdadeira prevenção, e pelo exemplo de Jesus temos um modelo nítido de como nós também podemos ajudar pessoas a prevenir problemas. Jesus evitou problemas futuros para os discípulos ao dar-lhes encorajamento, ao preveni-los acerca daquilo que haveria de acontecer, ao dizer-lhes o que deveriam fazer caso surgisse oposição, ao dar-lhes alguma experiência em enfrentar problemas, ao mostrar-lhes como Ele lidava com tensões, ao discutir com eles os problemas em potencial, e ao ressaltar que o relaxamento é uma boa maneira de edificar resistência contra a tensão futura. Consideremos cada um destes aspectos, pela ordem.

Encorajamento

É possível que os discípulos tenham ficado nervosos e incertos quanto a sua capacidade de realizar a obra que Jesus iniciara, e que esperava que eles continuassem. Logo, Jesus renovou a confiança deles (Mt 10:19, 26, 29-31), disse-lhes que seu ministério era importante (Mt 10:40), e deu-lhes autoridade e poder para enfrentar o futuro com confiança (Mt 10:1; Lc 9:1). Talvez pareça que se trata de uma coisa pequena, mas o encorajamento e apoio em oração de outro ser humano pode ser uma influência sustentadora que ajuda as pessoas à medida em que enfrentam o futuro, tentam novos empreendimentos, alteram seu comportamento, ou, doutra forma, tratam de problemas antes de ficarem piores.

Advertência

O preparo que Jesus deu envolvia muito mais do que o encorajamento. Advertia acerca dos perigos vindouros. Jesus disse que servir a Ele seria perigoso (Mt 10:6, 17). Poderia levar à dissolução das famílias ou à rejeição pelas pessoas que amamos (Mt 10:21, 22, 34:36). Aquelas palavras não eram mera tática para amedrontar; eram uma declaração clara dos perigos que os discípulos de Jesus podiam esperar enfrentar no futuro.

Paulo empregou uma abordagem semelhante em Romanos 16:19, quando escreveu: "Quero que sejais sábios para o bem e simplices para o mal" (v. 19). Esta expressão não dá apoio à idéia de que nossas advertências precisam entrar em muitos detalhes acerca dos perigos que existem no futuro. Muitos pormenores podem ser nocivos. Devemos ser "inocentes quanto ao mal", mas suficientemente alertados para saber o que devemos evitar.

Quando recebemos a advertência acerca dos perigos futuros, podemos fazer esforços para conservar-nos longe dos problemas que possam surgir. Há séculos, a igreja reconhece este fato, e tem advertido as pessoas quanto a situações sexuais comprometedoras, ao envolvimento em práticas do ocultismo, às atitudes egocêntricas no casamento, ou à aceitação não-crítica do ensino nas universidades seculares. Lastimavelmente, estas advertências nem sempre são recebidas com gratidão ou entusiasmo — especialmente quando a advertência vem aos jovens da parte de pessoas mais velhas. Mesmo assim, ainda que a advertência passe desconsiderada pelo momento, às vezes é

lembrada em ocasião posterior, e até isto pode ser útil. "Fui advertido sobre isto," podemos pensar, "logo, não fico surpreso." Um aviso prévio muitas vezes ajuda a evitar problemas ou a freá-los antes de ficarem piores.

Instrução

Avisar uma pessoa que há perigo na frente pode evitar uma tragédia, mas a ajuda é ainda mais benéfica se podemos ajudar a pessoa a achar algumas alternativas que são menos perigosas. Jesus deu advertências a Seus discípulos, mas não passou a deixá-los defender-se sozinhos. Disse-lhes especificamente

- o que fazer quando surgem situações difíceis (Mt 10:6-8, 11-14, 23)
- o que não fazer em tempos de tensão (Mt 10:5b, 9, 10)
- o que dizer quando surgem os problemas (Mt 10:27)
- como lidar com os sentimentos (Mt 10:28).

Esta é uma bela orientação para um programa de discipulado, mas também ilustra o fato de que parte do trabalho de um ajudador preventivo é educar as pessoas. Para evitar problemas, o ajudador pode dar instruções sobre tópicos do seguinte tipo: como podem amadurecer espiritualmente, melhorar seu casamento, preparar-se para a morte, lidar com seus impulsos, enfrentar a frustração ou dominar a tensão.

Um dos problemas com este tipo educacional de ajuda é que é fácil sermos por demais superficiais com nosso conselho, por demais simplistas ou não realmente práticos. Tudo isto leva muitas pessoas a pensar que pode haver receitas prontas para evitar problemas, o que, naturalmente, não é possível.

Outro problema com a ajuda instrutiva é que pode criar problemas que doutra forma não estariam presentes. Considere, por exemplo, a declaração, freqüentemente citada, que "97 por cento de todos os homens nas universidades masturbam-se, e os demais 3 por cento são mentirosos." Qual é o impacto disto sobre um calouro que nunca pensou na masturbação? Leva-o a ter um problema que doutra forma teria evitado? Este pergunta tem sido levantada por críticos dos programas da educação sexual, que temem, que um pouco de conhecimento desperte uma curiosidade

que talvez crie problemas que doutra forma poderia ter sido evitados.

Embora este tipo de risco certamente exista, há maior risco em conservar silêncio. Os jovens estão longe de ser tão ingênuos quanto seus pais às vezes pressupõem. Até mesmo suscitar dúvidas ou curiosidade talvez não seja ruim. E melhor que isto aconteça enquanto há um ajudador maduro disponível do que numa ocasião posterior em que o aprendiz está sozinho e talvez indefeso.

Um outro problema com a administração de instrução é uma coisa que me preocupa sempre quando dou um curso, apresento uma preleção ou escrevo um livro: alguma coisa disto fará uma diferença prática na vida das pessoas? A maioria de nós já teve a experiência de ler um livro ou de escutar um sermão, e de tirar a conclusão: "isto me ajuda bastante", para então logo passar a esquecer o que aprendeu. Há grande quantidade de pesquisas que demonstram que aquele que recebe passivamente o ensino não se transformará, nem de longe, tanto quanto a pessoa que absorve o novo ensino e age à altura, imediatamente e de modo prático. Jesus seguiu este princípio da aprendizagem ativa ao preparar Seus discípulos para o futuro.

Experiência

Imagine como ficaria um time de futebol se seu treinamento consistisse unicamente de encorajamento, advertência contra os perigos, e preleções sobre como derrotar a oposição! E exatamente assim que muitas igrejas, pais, e instituições educacionais procuram preparar as pessoas para enfrentar os problemas da vida: com conversa, mas sem treinamento prático algum. Não é de admirar se há tanta derrota!

Por contraste com isto, Jesus deu a Seus discípulos alguma coisa para lazer. Enviou-os para receber experiência prática (Lc 9:2; 10:1) e os orientou quando partiram.

Não é fácil providenciar experiência prática para pessoas que estão aprendendo, e às vezes nem sequer é boa ética. Às vezes, podemos providenciar situações artificiais de aprendizagem, assim como fazemos nas faculdades de teologia, onde os estudantes pregam uns aos outros, dão testemunho uns aos outros, ou se

aconselham mutuamente antes de saírem para a comunidade próxima. Mas é difícil, se não impossível, por exemplo, dar experiência em como evitar o adultério ou em manter-se livre do ocultismo.

À medida em que encorajamos uma pessoa a agir, naquelas situações em que é possível o treinamento, podemos começar por meio de obter as sugestões dela acerca daquilo que deve ou não deve- fazer. Juntamente, o ajudador e o auxiliado podem avaliar estas sugestões e procurar pensar nalgumas outras. Depois, podemos discutir o "como pôr em prática" e os perigos ou potencial para o fracasso que estão envolvidos. Enquanto a pessoa procura agir, podemos ficar de retaguarda ou até mesmo acompanhá-la quando sai à procura de experiência. Naturalmente, é isto que freqüentemente acontece quando as pessoas estão sendo treinadas para testemunhar. Depois da instrução, e talvez de um pouco de prática, saem como os seguidores de Jesus, dois a dois.

Jesus era mais do que um preletor. Ao preparar Seus discípulos a prever e lidar com as tensões de seu futuro ministério, não escondia Seu envolvimento. Regozijava-se nos sucessos deles, ajudava-os a aprender com seus fracassos, orava por eles, e obviamente deleitava-Se nos seus ministérios (Lc 10:18-23).

Demonstração

Jesus foi um modelo para Seus discípulos (Mt 11:1). Mostrou-lhes como discipular outras pessoas, como lidar com problemas existentes, e como evitar situações potencialmente perigosas. Seu exemplo foi, decerto, de grande valia para eles quando enfrentaram problemas sozinhos, no futuro.

Todos nós sabemos algo acerca de pessoas cujas vidas têm sido uma inspiração para os outros. Este é outro meio de ser um ajudador de pessoas: demonstrar como viver, a fim de que outras pessoas possam ter um modelo para seguir no futuro quando enfrentam tensões.

Avaliação

A aprendizagem é sempre mais eficaz quando há algum tipo de avaliação ou "feedback". Os atletas aprenderam este fato há

muito tempo, os estudos da aprendizagem o apóiam, e Jesus o demonstrava. Quando os seguidores de Jesus voltaram depois da sua sessão de treinamento, deram um relatório e, sem dúvida, gastaram tempo para avaliar seus esforços (Lc 9:10; 10:17).

Relaxamento

Jesus era um homem muito ocupado, mas no meio de todas as exigências feitas sobre Seu tempo, tinha períodos de descontração. Em Lc 9:10 lemos que, depois de os discípulos terem voltado do seu ministério e dado um relatório, Jesus, "levando-os consigo, retirou-se à parte." Isto pode ter sido parte do programa de treinamento? Pode ter sido uma lição em ajuda preventiva — mostrando que devemos tirar tempo para descansar a fim de estarmos melhor preparados para enfrentar os problemas futuros à medida em que surgem?

Vivemos numa época em que quase todas as pessoas estão muito ocupadas, e a sociedade inteira se movimenta com rapidez. Nosso corpo só agüenta certa quantidade desta mudança, e se deixamos de descontrair-nos, ficamos muito mais sujeitos à doença física, à tensão, e às dificuldades em conviver com as pessoas. Até mesmo nossa vida espiritual sofre quando deixamos de descansar periodicamente — para ficar quietos enquanto ficamos conhecendo melhor a Deus.

Não podemos ser ajudadores eficazes das pessoas se nós mesmos estamos numa pressa demasiada, um pouco assoberbados pelas pressões da vida. Uma das melhores maneiras de ajudarmos outras pessoas a evitar problemas é encorajá-las a tomar tempo para relaxarem-se periodicamente — como um bom livro, um esporte ou algum tipo de passatempo predileto, com um amigo respeitado, ou talvez a sós. Esta é uma parte essencial da ajuda preventiva. Se estamos bem descansados, enfrentamos os problemas do futuro com mais confiança e eficiência. E o lugar para começar é com o ajudador — que mostra aos outros como se faz.

ORIENTAÇÕES PARA A PREVENÇÃO

Quais conclusões podemos tirar a respeito da prevenção de problemas psicológicos e espirituais?

1. A melhor maneira de lidar com problemas pessoais é parar com eles antes de começarem. Não conseguindo fazer assim, devemos intervir desde logo num problema, para não deixá-lo ficar pior.

2. A igreja tem condições sem iguais para antecipar problemas antes de se desenvolverem, para alertar as pessoas aos problemas que podem surgir no futuro, para reconhecer problemas que eventualmente estejam em desenvolvimento, e para intervir a fim de evitar que problemas existentes fiquem piores.

3. Os cristãos devem reconhecer que a prevenção dos problemas individuais requer certo número de atitudes da parte do ajudador:

previdência — para ver um problema em potencial ou em desenvolvimento, antes de surgir ou de ficar pior.

conhecimento — de como uma situação de tensão ou o ambiente tenso pode ser mudado, de para onde se pode encaminhar alguém, e de que pode ser feito quanto a uma situação problemática que se desenvolve.

coragem — para envolver-se na tentativa de resolver problemas que começam a se desenvolver — problemas estes que, por causa de questões difíceis mais urgentes freqüentemente desconsideramos ou olvidamos.

tato — ao levantar assuntos sensíveis que as pessoas talvez não queiram discutir, e ao evitar a atitude de "mais santo do que tu" ou de "sabe-tudo". As pessoas nem sempre querem ser perturbadas no tocante a problemas pessoais que se desenvolvem mas que ainda não são sérios.

compaixão — que expressa tanta solicitude e amor pelos outros que até mesmo estamos dispostos a sermos rejeitados se isto ajudará a evitar um problema.

planejamento — de modo que questões de namoros, prenupciais, pré-meia-idade ou pré-aposentadoria possam ser le-

vantadas de modo não ameaçador, porém dinâmico, e de modo que seminários de enriquecimento do casamento, encontros de crescimento espiritual, ou grupos de participação possam ser apresentados de tal maneira que darão o máximo de benefícios aos participantes e reduzirão ao mínimo a ameaça para as pessoas resistentes — aquelas que mais provavelmente precisarão dos benefícios.

4. Todo aspecto do ministério da igreja — a pregação, o ensino, a evangelização, reuniões sociais, música, reuniões de negócios, etc. — devem ser planejados tendo em vista o bem-estar espiritual e psicológico, presente e futuro, dos participantes.

5. A educação é uma parte importante da prevenção. Os ajudadores cristãos de pessoas devem dar consideração séria aos modos em que podemos educar as pessoas a respeito de questões tais quais: como ter um casamento melhor, como lidar com conflitos familiares, como evitar a calúnia, o mexerico, e outros comportamentos que criam problemas, como perdoar quando as pessoas caem no pecado, ou como conviver bem com as pessoas. Jesus e os escritores do Novo Testamento tratavam de problemas práticos tais como estes, mas os cristãos contemporâneos freqüentemente os negligenciam. Fazer assim é deixar crescer problemas que doutra forma poderiam ter sido evitados ou freados logo de início.

A Grande Comissão é um belo exemplo de psicologia preventiva. Jesus sabia que viver neste mundo era difícil, e providenciou, por isso mesmo, algumas orientações que nos ajudariam a obter o máximo de estabilidade e de benefício em nossa vida.

"Lembrem-se", disse ele, em essência, "que Eu tenho todo o poder e autoridade." Assim, recebemos a *confiança*,

"Ide, fazei discípulos" — assim, recebemos um verdadeiro *propósito* para viver.

"Batizai e ensinai" — assim, recebemos o *padrão* para seguir.

"Lembrai-vos das três Pessoas da Trindade" — isto cria *estabilidade* e uma lembrança do grande Deus que servimos. "Estou convosco todos os dias até à consumação do século" — assim, recebemos uma *esperança* segura para o presente e o futuro.

Paulo era um homem que tinha tudo quanto o mundo poderia oferecer — posição, cultura, riquezas, auto-confiança. Mas tornou-se discípulo de Jesus Cristo e um discipulador doutras pessoas. Como tal, conseguiu suportar problemas de todos os tipos, e ajudou outros a fazer o mesmo. Em sua segunda epístola a Timóteo, Paulo deu diretrizes a seu jovem discípulo quanto à prevenção de problemas em si mesmo e nos outros. Estas diretrizes continuam sendo relevantes hoje:

Procura apresentar-te a Deus, aprovado, como oboreiro que não tem de que se envergonhar, que maneja bem a palavra da verdade. Evita igualmente os falatórios inúteis e profanos, pois os que deles usam passarão a impiedade ainda maior.'. .

Foge, outrossim, das paixões da mocidade. Segue a justiça, a fé, o amor e a paz com os que, de coração puro, invocam o Senhor.

E repele as questões insensatas e absurdas, pois sabes que só engendram contendas.

Ora, é necessário que o servo do Senhor não viva a contender, e, sim, deve ser brando para com todos, apto para instruir, paciente; disciplinando com mansidão os que se opõem, na expectativa de que Deus lhes conceda não só o arrependimento para conhecerem plenamente a verdade, mas também o retorno à sensatez, livrando-se eles dos laços do diabo, tendo sido feitos cativos por ele, para cumprirem a sua vontade.

— 2 Timóteo 2:15, 16, 22-26.

9. O CORPO COMO COMUNIDADE DE AJUDA

Jesus, durante Seu ministério na terra, estava muito ocupado na cura. Ao conversar com alguns de Seus críticos, disse que não veio atender àqueles que eram sãos, mas, sim, os que precisavam da cura (Mc 2:17). Uma quinta parte de todos os versículos nos cinco primeiros livros do Novo Testamento tratam da cura,¹ e nos Evangelhos mais atenção é dedicada ao ministério de cura realizado por Jesus do que a qualquer outro assunto a não ser os eventos ligados com a crucificação e a ressurreição.²

Ao considerar estas curas bíblicas, é interessante notar que quase sempre eram realizadas na presença doutras pessoas. Quando os indivíduos eram curados, usualmente havia outras pessoas presentes, observando. As vezes o doente era trazido por outros, e às vezes um parente ou amigo preocupado vinha a Jesus pedindo a cura para um ente querido.

Nas páginas anteriores, falamos acerca da cura psicológica e espiritual, e acerca da ajuda como interação entre duas pessoas — o ajudador e a pessoa que é ajudada. Sabemos, naturalmente, que conselheiros freqüentemente trabalham aos pares, e que os aconselhando freqüentemente são ajudados como parte de um grupo maior. Mesmo nestas situações de grupos pequenos, no entanto, a ajuda ocorre de modo mais ou menos independente de qualquer pessoa fora do grupo. Será, porém, que a ajuda pode ser mais eficaz quando ocorre no âmbito de um grupo ou comunidade de pessoas solícitas?

A EFICÁCIA DA AJUDA EM GRUPO

Já faz muitos anos que os psicólogos descobriram a eficácia da ajuda em grupo. Doentes mentais que tinham ficado em cadeias em asilos insanitários melhoraram dramaticamente quando foram tratados com compaixão e bondade. Como parte daquilo que se chamava de "tratamento moral", os administradores e funcionários do hospital conviviam com os pacientes, tomavam as refeições juntamente com eles, e demonstravam que o hospital poderia ser uma comunidade terapêutica ao invés de uma masmorra tipo prisão. Esta idéia foi estendida ainda mais depois da Segunda Guerra Mundial, quando um psiquiatra britânico chamado

Maxwell Jones⁴ publicou um relato de uma comunidade terapêutica na qual todas as atividades diárias do paciente eram dirigidas em direção à sua recuperação. A "terapia do ambiente" era o termo que se aplicava a este tipo de tratamento. O aconselhamento do indivíduo para indivíduo fazia parte deste tratamento, mas igualmente importante era o apoio, ajuda o encorajamento que, dia após dia, os funcionários e os pacientes davam uns aos outros.

A Terapia do Ambiente

À terapia do ambiente fez certo número de suposições interessantes acerca do relacionamento de ajuda.⁵ Tomou por certo, em primeiro lugar, que as atividades em conjunto, tais como o conviver, o trabalho em conjunto ou a participação nas atividades de recreação poderiam ser muito terapêuticas em si mesmas. Em segundo lugar, tomava-se por certo que os pacientes deviam receber responsabilidade para conservar limpo o hospital, para planejar as atividades nas enfermarias, para decidir as políticas do hospital, e para avaliar o progresso uns dos outros. Uma terceira suposição era que todos os membros do quadro de funcionários deveriam ter igual importância. A opinião e a influência de um assistente de enfermagem recebiam o mesmo valor que as do psiquiatra. Em quarto lugar, descobriu-se que os pacientes saravam mais rapidamente quando a enfermaria tinha uma atmosfera aberta, honesta, calorosa, de aceitação e de solicitude entre as pessoas. Finalmente, havia comunicação aberta e bilateral entre os pacientes e os funcionários. Mal entendimentos eram trazidos para a clara luz, onde podiam ser solucionados de modo direto.

A Comunidade Terapêutica

Esta idéia de uma comunidade terapêutica para apoiar e às vezes substituir o aconselhamento individual foi expandida mais recentemente num livro chamado *The Healing Community*,⁶ em que o autor mostra como um grupo pode ajudar quem sofre a expressar suas dores, a mudar seu comportamento, a seguir o exemplo de membros mais experientes ou maduros da comunidade, e ficar sendo parte de um grupo coeso e curador.

O que muitos destes escritores psicológicos não perceberam, no entanto, é que Jesus e os escritores do Novo Testamento deram o modelo da comunidade terapêutica ideal há muitos séculos. As pressuposições da terapia moral e do ambiente foram declaradas pela primeira vez na Bíblia, mas, por alguma razão, os cristãos deixaram de seguir o modelo das Escrituras. Como resultado, a Igreja negligenciou seu papel de comunidade terapêutica ou ajudadora. Pelo contrário, tendeu a tornar-se uma organização desanimada em que o aconselhamento é deixado para o pastor ou uns poucos leigos e onde as pessoas que necessitam de ajuda muitas vezes são desconsideradas ou rejeitadas, especialmente se não são membros ativos da igreja ou se demonstram maneirismos incomuns.

A NATUREZA DO CORPO DE CRISTO

Quando Jesus estava na terra, ministrava através de Seu próprio corpo físico. Por onde quer que passava, curava, aconselhava, demonstrava compaixão, ensinava, e vivia uma vida que era um modelo para outras pessoas seguirem. Quando Jesus voltou ao céu após a Sua ressurreição, Seu corpo físico desapareceu da terra, mas deixou outro corpo para continuar Sua obra. Este novo corpo de Cristo, que ainda hoje existe, é a Igreja.

Um Conceito Falho da Igreja

Os homens e mulheres modernos desenvolveram um conceito falho da igreja. Muitos a vêem como organização irrelevante de pessoas piedosas ou hipócritas que crêem em Deus mas que se preocupam somente em ganhar novos membros, desenvolver programas, fazer política na sociedade, e edificar construções cada vez maiores que permanecem vazias durante a maior parte da semana. Esta descrição talvez seja exagerada, mas realmente apresenta o quadro da igreja que é sustentado hoje até por alguns dos seus mais fiéis freqüentadores.

Um Conceito Bíblico da Igreja

Fica claro que o quadro acima está longe do modelo da igreja que é descrita na Bíblia. A igreja deve ser um corpo de crentes que

dedicaram suas vidas a Jesus Cristo, e que foram equipados com dons espirituais que cada pessoa descobre e desenvolve (Ef 4; 1 Pe 4:10). Estes dons, que são alistados em Romanos 12, 1 Coríntios 12, e Efésios 4, incluem coisas tais como profetizar, ensinar, evangelizar, ajudar, exortar (que, segundo vimos, é muito semelhante ao aconselhamento), línguas, cura, fé, sabedoria, conhecimento, misericórdia, administração e contribuição. Estes dons vêm diretamente da parte do Espírito Santo, que dá conforme Sua vontade (1 Co 12:11).

Segundo Efésios 4:12, 13, os dons do Espírito têm dois propósitos. Em primeiro lugar, devem preparar os crentes individuais para o serviço como parte do corpo de Cristo. Jesus veio evangelizar, iluminar, libertar os que estavam no cativeiro, e proclamar a verdade (Lc 4:18). O corpo de Cristo em nossos dias tem uma função semelhante e, assim como o Espírito Santo deu poder a Jesus (Lc 4:18), assim também o Espírito dá poder a nós, e nos dá dons que nos capacitam a ministrar uns aos outros.

O segundo propósito dos dons espirituais é edificar o corpo de Cristo de tal modo que possamos ser unidos, dotados de conhecimento, e homens e mulheres maduros. Tais pessoas não ficam levadas em derredor pela moda ou filosofia de vida mais recente. São pessoas estáveis, amorosas, cuja vida se centraliza em Cristo (Ef 4:12-16).

O Autêntico Ajudador de Pessoas

Ora, o que é que tudo isto tem a ver com o ser um autêntico ajudador de pessoas? Apenas isto: um dos propósitos principais do corpo de Cristo é ajudar as pessoas. "Deus coordenou o corpo... para que não haja divisão no corpo; pelo contrário, cooperem os membros, com igual cuidado, em favor uns dos outros. De maneira que, se um membro sofre, todos sofrem com ele; e, se um deles é honrado, com ele todos se regozijam. Ora, vós /ou seja, os crentes/ sois corpo de Cristo e, individualmente, membros deste corpo" (1 Co 12:24-27). Segundo o plano de Deus, a igreja deve ser um corpo unido de crentes que recebem poder pelo Espírito Santo, que crescem à maturidade, e que ministram a (i.é, ajudam) pessoas dentro e fora do corpo.

A AJUDA E O CORPO DE CRISTO

O corpo de Cristo existe em prol de certo número de propósitos, todos os quais podem ter forte influência ajudadora sobre as pessoas. Quando está em pleno funcionamento, o corpo providencia:

Comunhão

Muitas pessoas que precisam de ajuda são basicamente solitárias, ansiando por algum tipo de relacionamento em profundidade com outro ser humano. Este tipo de comunhão é exatamente o que o corpo de Cristo providencia. Os crentes têm comunhão com o Deus do universo (segundo a Bíblia, este fato automaticamente leva à alegria), e uns com os outros (1 João 1:3, 4, 7). Este tipo de comunhão, que caracterizava a igreja primitiva, surgiu porque as pessoas tinham uma dedicação comum a Cristo (1 Co 1:9). Igual dedicação e mútua aproximação devem existir hoje.

Nossa comunhão cristã deve orientar-se para nossa edificação como cristãos... Na comunhão que os cristãos têm uns com os outros, Deus quer criar uma comunidade amorosa, que será testemunha ao mundo não-cristão... Poderemos dar ao mundo provas conclusivas da operação de Deus em nossa vida se nossa mútua comunhão for marcada por aquela qualidade amorosa e compartilhadora que está marcadamente ausente do mundo em geral.⁸

Lastimavelmente, esta qualidade freqüentemente está ausente da igreja em geral, mas não deveria ser assim. O corpo de Cristo tem um potencial tremendo para providenciar o tipo de comunhão, aceitação, sensação de fazer parte, e segurança, que são de grande valor terapêutico não somente para os crentes como também para outras pessoas necessitadas que entram em contato com os crentes.

Serviço

Certa vez, alguém perguntou a Jesus como podia chegar à grandeza, e a resposta de Jesus foi um pouco surpreendente. O modo de se tornar grande, conforme Ele disse, é tornar-se como

um servo (Mt 20:26; Mc 9:35). Esta idéia ressurgiu repetidas vezes no Novo Testamento. Os cristãos devem ser submissos uns aos outros e servir uns aos outros.

Este modo de viver centraliza-se nos outros ao invés de ser egocêntrico. É um estilo de vida que, se for posto em prática de modo consistente, levaria a uma série de relacionamentos de ajuda mútua. Faria com que todos os cristãos se preocupassem em carregar as cargas uns dos outros (Gl 6:2), chorando e alegrando-se juntos (Rm 12:15), confessando os pecados uns aos outros, e orando uns pelos outros (Tg 5:16).

Ray Stedman comentou sobre isto em seu livro *A Igreja: Corpo Vivo de Cristo*:

O que faz tremenda falta é a experiência da "vida no corpo", aquela calorosa comunhão entre um cristão e outro que o Novo Testamento chama de *koinonia*, e que era parte essencial do cristianismo primitivo. O Novo Testamento enfatiza fortemente a necessidade de os cristãos se conhecerem de modo suficientemente estreito e íntimo para poderem carregar as cargas uns dos outros, confessar suas faltas uns aos outros, repreender, exortar e admoestar uns aos outros, ministrar uns aos outros com a Palavra, através do cântico e da oração a fim de chegar a... conhecer o amor de Cristo que ultrapassa todo o entendimento (Ef 3:18, 19).⁹

O Amor

O amor, conforme já vimos, é a marca básica do cristão (João 13:35), e recebemos repetidas instruções no sentido de sermos pessoas amorosas (e.g. Mt 22:39; 1 Ts 4:9, 10). A descrição bíblica do amor, conforme é registrada em 1 Coríntios 13 nos apresenta um padrão elevado. O amor, segundo lemos, "é muito paciente e bondoso, nunca é invejoso ou ciumento, nunca é presunçoso nem orgulhoso, nunca é arrogante, nem egoísta, nem tampouco rude. O amor não exige que se faça o que ele quer. Não é irritadiço, nem melindroso. Não guarda rancor e dificilmente notará o mal que outros lhe fazem. Nunca está satisfeito com a injustiça, mas se alegra quando a verdade triunfa. Se você amar alguém," a Bíblia

continua, "será leal para com ele, custe o que custar. Sempre acreditará nele, sempre esperará o melhor dele, e sempre se manterá em sua defesa" (! Co 13:4-7, *A Bíblia Viva*),

Há alguns anos, o psicólogo de Harvard, Gordon Allport, chamou o amor de "incomparavelmente o maior agente psicoterapêutico."¹⁰ Continuou, sugerindo que a igreja sabe mais acerca disto do que qualquer conselheiro secular, mas censurou "o fracasso da religião no decurso das eras, de transformar a doutrina em prática."¹¹

O corpo de Cristo deve ser caracterizado pelo amor — amor por nós mesmos, por nosso próximo, por nossa família, e até mesmo por nossos inimigos. Jesus nos amou e morreu por nós mesmos quando ainda éramos pecadores (Rm 5:8). Se este amor divino fluísse através dos cristãos e chegasse a outras pessoas — conforme deveria — os resultados seriam incrivelmente terapêuticos.

O amor deste tipo é arriscado, porém. Leva tempo e esforço, e pode ser contrário a nossa própria conveniência. Ao invés disto, portanto, falamos acerca do amor mas bem pouca coisa fazemos a respeito dele.

Crescimento

O corpo de Cristo deve ser um grupo de pessoas em crescimento e amadurecimento. Não devem ser como crianças, mas, sim, devem crescer juntas como unidade operatriz, tornando-se cada vez mais semelhantes a Cristo, que é Cabeça do corpo (Ef 4:13-16).

Considere o que este tipo de comunidade poderia fazer em prol da pessoa que precisa de ajuda. Poderia:

- providenciar um senso de pertencer, de comunhão
- demonstrar interesse e solicitude na oração pelo auxiliado, por seu ajudador, e pelo relacionamento entre eles
- providenciar ajudar prática e tangível para os necessitados
- providenciar oportunidades para a pessoa necessitada servir a outras pessoas (é boa terapia)
- demonstrar um amor bíblico às pessoas que não se sentem amadas, mas que precisam disto
- providenciar uma filosofia de vida que faz sentido

- apoiar e orientar indivíduos e famílias em tempos de crises
- encorajar a confissão do pecado e a dedicação a um Cristo soberano
- oferecer conselho e encorajamento ao conselheiro quando este enfrenta situações difíceis de aconselhamento
- guiar os indivíduos em direção à maturidade no seu relacionamento com o Cristo transcendente
- encorajar o auxiliado à medida em que desenvolve um comportamento novo
- providenciar uma variedade de modelos de maturidade e de estabilidade psicológica e espiritual
- aceitar os sofredores, inclusive os que foram alcoólatras, encarcerados, pacientes em hospitais psiquiátricos e outros que não se sentem bem-vindos na comunidade como um todo.

OBSTÁCULOS À AJUDA

Não leva muito tempo para a maioria de nós reconhecer que o corpo de Cristo não está funcionando como deve. Há exceções, naturalmente, mas em muitos lugares a igreja está criando problemas ao invés de servir como comunidade terapêutica. Há quatro razões, pelo menos, por tudo isto, e todas elas deverão ser transformadas se quisermos realmente ser eficazes como ajudadores das pessoas.

Isolamento

Há alguns anos, surgiu um livro intitulado *We, The Lonely People*.¹² O autor, Ralph Keyes, observou que a maioria de nós deseja o senso maior de ficar aconchegados, mas que, mesmo assim, gastamos nossa vida resistindo a este aconchego. Desejamos ter amigos bem próximos, íntimos, que nos conhecem, nos amam, e que estão disponíveis em tempos de necessidade. Mas há coisas que desejamos ainda mais — tais como a privacidade, a mobilidade, a conveniência, e a liberdade de fazer o que mais nos agrada.

Pense como isto se aplica à igreja. Muitos de nós não queremos sentir-nos amarrados a um corpo local de crentes. Queremos a liberdade para movimentar-nos, e estamos indispostos a arriscar ficar muito perto doutras pessoas dentro do corpo (ou

fora dele), temendo que um de nós faça mudança e enfrentemos uma separação dolorosa. Como resultado, mantemos uma indiferença separada — como a criança no jardim da infância que quer brincar com as demais mas fica no lugar dos espectadores, sem ter certeza como tornar-se membro do grupo e com medo de ser rejeitada se procurar juntar-se a ele. Quando, e se edificamos boa harmonia com outra pessoa, ressentimos a intrusão de recém-chegados — e reconhecemos que grupos existentes talvez rios ressentam da mesma maneira. Como resultado, o corpo de Cristo é freqüentemente como toda outra organização na sociedade. E composto de pessoas que evitam a intimidade porque estão indispostas a tomar os riscos que acompanham um senso maior de comunidade. Como corpo de crentes com a lealdade mútua a Cristo, e com dons que oferecem apoio mútuo, devemos ser diferentes de qualquer outro grupo na sociedade — mas não somos. Há alguma coisa terrivelmente errada quando a igreja precisa patrocinar grupos de sensibilidade para edificar a intimidade. Se é para o corpo ser uma comunidade de ajuda, devemos voltar ao padrão bíblico de koinonia e ousar nos aproximarmos mais uns dos outros.

Insinceridade

Há muitos séculos, o profeta Isaías condenou fortemente a insinceridade (Is 1:10-15), e num dos discursos mais pungentes de Sua vida, Jesus criticou os líderes religiosos de Seus dias por causa da sua hipocrisia (Mt 23). Eram pessoas que fingiam ser piedosas e devotas, mas que, na realidade, eram egocêntricas, desonestas, e impostores arrogantes. Mais tarde, o Apóstolo Paulo disse a Timóteo que a hipocrisia caracterizaria os dias finais da existência da terra. Pessoas que alegavam acreditar nenhuma coisa negá-la-iam mediante seu comportamento (1 Tm 4:1-3).

A palavra "impostor" dá a entender uma pessoa falsa, ruim, e a maioria de nós gostaria de pensar que se aplica, não a nós, mas a outra pessoa, ou a outra congregação. Quando os estudantes ou outras pessoas nos criticam por sermos insinceros, desconsideramos o caso ou procuramos minimizá-lo como conversa irresponsável da juventude idealista. Mas não é fácil sentir-nos bem quando estamos sendo chamados de hipócritas, e é

difícil rechaçar a análise penetrante de um homem como Keith Miller.

Treinamos *nossos* filhos a serem sutilmente desonestos já desde o berço... Treinamos nossos filhos a *parecerem* felizes e bem-sucedidos, a esconderem seus verdadeiros sentimentos, suas verdadeiras necessidades, já quando crescidos, sua reação natural é imediatamente mostrar a imagem que se espera deles em qualquer determinada situação — sem levar em conta como honestamente se sentem acerca daquela situação.

O resultado é que nossas igrejas estão repletas de pessoas que, do lado de fora, parecem contentes e em paz, mas que por dentro estão clamando para alguém amá-las... assim como estão — confusas, frustradas, amiúde amedrontadas, culpadas, e freqüentemente sem a capacidade de comunicar-se com sua própria família. Mas as *outras* pessoas na igreja *parecem* tão felizes e contentes que raras vezes alguém tem a coragem de confessar suas próprias necessidades profundas diante de um grupo tão auto-suficiente quanto parece ser uma reunião mediana da igreja... Por conseguinte, nossa igreja moderna está repleta com muitas pessoas que parecem puras, que soam puras, mas que por dentro estão com nojo de si mesmas, de suas fraquezas, de suas frustrações, e da falta de realidade em derredor delas na igreja. Nossos amigos não-cristãos sentem ou que "aquele grupo de pessoas decentes e sem problemas nunca entenderia meus problemas;" ou os pagãos mais perceptivos que nos conhecem social ou profissionalmente sentem que nós, os cristãos, ou estamos super-protegidos e ignorantes acerca da situação humana, ou que somos hipócritas da pior marca que não queremos confessar os pecados e fraquezas que, conforme nossos amigos sabem por intuição, são universais.¹³

Miller continua, sugerindo uma saída desta hipocrisia.

Um novo estilo de vida é necessário na igreja, sugere ele, que "começa com honestidade que realmente acredita que todos pecamos e carecemos da glória de Deus."¹⁴ Precisamos ser honestos conosco mesmos, e considerar nossas próprias fortalezas e fraquezas. Precisamos ser honestos diante de Deus, e reconhecer que Ele já sabe, de qualquer maneira, tudo acerca de nós, mas espera de nós que confessemos nossos pecados a Ele (1 Jo 1:9) e que busquemos Sua ajuda em lidar com conflitos internos. Somente então é que temos segurança suficiente para sermos honestos uns com os outros, compartilhando nossos problemas e achando compaixão da parte dos outros (Pv 28:13). Isto talvez soe mais fácil do que realmente é. Exige coragem para compartilhar honestamente nossos sentimentos, confessar nossos pecados e ser francos a respeito de nossos fardos. As pessoas reagem diante disto de várias maneiras. Algumas se sentirão incomodadas e ou se retirarão ou mudarão de assunto, ao passo que outras criticarão. A maioria das pessoas, no entanto, dará boas-vindas à franqueza e, depois da sua surpresa e embaraço iniciais, podem até elas mesmas procurar abrir o coração um pouco.

Inatividade

Os escritores às vezes gostam de retratar a igreja como se fosse um grande jogo de futebol, onde uns poucos homens, desesperadamente necessitados do descanso, entretêm e são observados por milhares de espectadores que são desesperadamente necessitados do exercício. Por alguma razão, chegamos a considerar a igreja como sendo um lugar onde uns poucos líderes fazem a totalidade do trabalho e a maioria dos membros fica passiva. Não é de admirar se não há amadurecimento! Os organismos inativos sempre se secam e ficam progressivamente mais fracos.

Há razões para este desalento na igreja. Algumas pessoas estão por demais ocupadas com outras coisas, algumas são preguiçosas, e talvez haja muitas que nunca pararam para

perceber que o dever do pastor não é fazer tudo. Deveria, pelo contrário, ser um "treinador dos jogadores"³ que ajuda as pessoas a descobrir seus dons e as encoraja a ocupar-se em desenvolver estes dons. O resultado seria uma igreja em chamas, uma igreja caracterizada por poder, amor, disciplina e evangelização corajosa (2 Tm 1:6-8). Não se quer dizer com isto que o pastor cesse de pregar. Concordo com Helmut Thielicke que "onde achamos, mesmo nos dias de hoje, uma congregação vital e viva, achamos no seu centro a pregação vital".¹⁶ Mas também achamos membros do corpo obediente, vivos e ativos.

Talvez uma das razões para nossa inatividade, especialmente como ajudadores de pessoas, seja que não sabemos realmente o que fazer. Ficamos tão separados uns dos outros que nos sentimos desajeitados e embaraçados quando alguém precisa de ajuda. Recentemente, um de nossos vizinhos morreu, algo repentinamente, e dentro de meia hora minha esposa tinha colocado um bolo para assar, a fim de levá-lo à família. "Você não pode fazer isto," protestei. "Nem sequer conhecemos estas pessoas e acharão estranho serem abordadas desta maneira." Infelizmente, meu argumento foi aceito, comemos nós mesmos o bolo, e fizemos uma visita rápida à funerária para assinar o livro das visitas. Minha esposa, porém, tivera a idéia melhor — precisamos ser mais abertos para oferecermos ajuda prática em tempos de necessidade, ainda quando "não conhecemos as pessoas."

Os problemas humanos, segundo parece, vêm em duas variedades — o socialmente aceitável e o tabu. Problemas socialmente aceitáveis incluem uma morte na família, uma enfermidade grave, um incêndio ou um furacão, ou o nascimento de uma criança deformada. Talvez se sintam um pouco desajeitadas e um pouco incertas quanto àquilo que devem fazer, mas as pessoas se reúnem ao redor dos aflitos em tais ocasiões, e trazem alimentos, simpatia, ofertas de abrigo, e outra ajuda prática.

Quando uma família enfrenta um problema tipo tabu, as coisas são diferentes. Um divórcio na família, um filho na prisão, uma gravidez ilegítima de um adolescente, o alcoolismo — as pessoas nestas situações não a recebem. É verdade que, nalgumas destas situações, o pecado pode estar envolvido, mas não lemos em parte alguma da Escritura que os pecadores ou seus familiares não devem receber ajuda. Realmente, o oposto é a verdade, mas, em muitas ocasiões, preferimos não dizer nada, não fazer nada, e

esperar que o problema embaraçoso desapareça. Talvez seja este tipo de inatividade o mais deplorável, porque nega ajuda àqueles que estão lutando sozinhos e com mais necessidade doutras pessoas.

O Humanismo Interpessoal

Dentro dos últimos anos, um novo movimento tem-se desenvolvido dentro da igreja evangélica. Conhecido como teologia interpessoal ou relacional, este movimento enfatiza grandemente o indivíduo com suas necessidades ou problemas e os relacionamentos interpessoais entre as pessoas. É um movimento que surgiu porque as pessoas estavam descobrindo que conhecer toda a teologia certa e os versículos da Bíblia não evitava a dissolução das famílias cristãs, o abuso das drogas ou o sexo pré-nupcial entre os adolescentes de lares e igrejas cristãos, além de reuniões cáusticas ou despeitosas da liderança da igreja, e uma hoste doutros problemas. Muitos cristãos começaram a reconhecer que somente "crer" nas coisas certas não é garantia de que nossa vida será endireitada ou que os relacionamentos interpessoais entre os membros do corpo são amorosos e apoiadores.

É possível que a ênfase sobre a teologia interpessoal fosse estimulada pela popularidade sempre maior da psiquiatria e da psicologia. Sem dúvida, o interesse muito divulgado na renovação da igreja também teve algum efeito. É provável, ao entanto, que os escritos de Bruce Larson e Keith Miller tenham feito mais do que qualquer outra coisa para nos despertar à necessidade de relacionamentos interpessoais melhores dentro da igreja. Com sua ênfase sobre o compartilhar, a honestidade, a discussão em grupos pequenos, reuniões em torno de problemas, e sermões que tratam de tópicos tais como os relacionamentos no casamento e os relacionamentos interpessoais, esta abordagem à teologia tem tido uma influência sadia e de grande alcance sobre a igreja. Finalmente, estamos começando a nos conhecer e entender, e a nos esforçar mais para nosso melhor convívio.

Com qualquer coisa original e nova, no entanto, sempre há o perigo de uma reação exagerada, e no caso da teologia interpessoal o perigo é o de degenerar num *humanismo* interpessoal, mediante o qual nos ocupamos tanto em interesses psicológicos, "ajudar uns aos outros", e "ser honestos" que perdemos de vista a base bíblica

para nossa comunhão. Nalgumas igrejas e grupos pequenos, aderentes demasiadamente zelosos da teologia interpessoal enfatizam tanto a experiência pessoal, a edificação de relacionamentos interpessoais e o conhecer-nos a nós mesmos, que as Escrituras são virtualmente desconsideradas ou olvidadas. Dentro em breve, estes grupos deixam de perceber a base para nossa comunhão cristã (nossa unidade como discípulos dedicados de Jesus Cristo). Negligencia-se a ordem de edificar discípulos, com tudo quanto isto custa. Os ensinamentos bíblicos acerca do pecado, da necessidade para a confissão e a dedicação, do poder do Espírito Santo, e da natureza do corpo de Cristo, deixam de receber ênfase, e às vezes até são esquecidos. No fim, a teologia morta do passado é substituída por uma forma atual de humanismo, que se centraliza na experiência.

Bem poucas pessoas gostam de igrejas mortas. Devemos dar as boas-vindas às brisas frescas trazidas pela teologia interpessoal, mas, ao mesmo tempo, devemos sustentar os alicerces sobre os quais o cristianismo é edificado. Os sermões e os programas da igreja devem ser baseados na Bíblia, mas estes mesmos sermões e programas devem mostrar que o cristianismo é relevante, prático, e capaz de lidar com os problemas e as preocupações nas vidas individuais.

Nas minhas aulas, digo aos estudantes que, enquanto falam, os ouvintes devem ser atraídos a Cristo, e devem saber dar uma boa resposta à pergunta "E daí?" Se nossos programas na igreja dizem respeito a falar a nós mesmos acerca de questões teológicas obtusas e difíceis, então, não estamos edificando o corpo de Cristo mais do que faz um grupo de sensibilidade humanista. Se, porém, estamos indicando Cristo às pessoas e mostrando-lhes como o cristianismo bíblico realmente faz diferença em sua vida, lar, e relacionamentos com os outros então o corpo começa a crescer como deve, e todos são ajudados.

O CORPO QUE AJUDA

Desde o momento de seu início, o corpo de Cristo, a igreja, tem sido uma comunidade de ajuda. Tem havido isolamento, insinceridade, inatividade, calúnias, falta de cooperação, desonestidade, rigidez e um grande número doutras praxes pagas na

igreja, mas também sempre tem havido uma pequena "companhia dos dedicados" que edificaram suas igrejas em princípios neotestamentários. São estas as congregações que com mais probabilidade demonstraram as quatro ações ajudadoras da igreja: a cura, o sustentar, a orientação e o conserto de relacionamentos interpessoais quebrados.¹⁷

A igreja, para ser uma verdadeira comunidade de ajuda, conforme foi destinada a ser, deve voltar em primeiro lugar ao padrão bíblico de *cada* membro dedicar sua vida a Cristo, de desenvolver individualmente os dons espirituais (inclusive o dom do aconselhamento), e de fazer uso ativo destes dons a fim de ministrar aos outros à medida em que avançamos para a maturidade cristã. Os indivíduos que trabalham sozinhos neste programa podem ajudar as pessoas, e freqüentemente conseguem. Mas o corpo que funciona como unidade é muito mais desejável e eficaz em dar ajuda real às pessoas.

Em segundo lugar, devemos lembrar-nos de que o corpo como um todo pode adotar ações específicas para ajudar nas necessidades humanas. A igreja pode encorajar os ajudadores e os auxiliados, e orar por eles, pode oferecer ajuda tangível àqueles que têm necessidade (até mesmo àqueles que têm os assim-chamados problemas-tabu), pode providenciar uma comunidade estável e aconchegante para os membros e as visitas, e que pode apoiar o indivíduo arrependido ou curado que está fazendo seu caminho de volta à sociedade. Ao fazer assim, o corpo de Cristo presta ajuda terapêutica e preventiva. Este é um tipo eficaz de ajuda, porque é ajuda no nível da amizade, é ajuda mútua, e se centraliza em Jesus Cristo, a Cabeça do corpo.

10. COMO AJUDAR A VOCÊ MESMO

Recentemente eu estava sentado num restaurante onde, para usar uma expressão bem suave, o atendimento era menos do que eficiente. Depois de esperar muito tempo por nosso café, consegui captar a atenção do garçom e pedir-lhe (cortesmente, conforme penso) que enchesse minha xícara. De modo um pouco abrupto, respondeu: "Logo será sua vez, senhor! Não percebe que tenho gente para atender?"

Um amigo meu que estava à mesa deu uma resposta pungente: "Ei!" exclamou, "eu sou gente também!"

Talvez você tenha pensado nisto ao ler as páginas anteriores. Até ao presente momento temos falado mormente em como podemos ajudar os outros, mas devemos lembrar-nos de que o ajudador "é gente também", e que o ajudador às vezes precisa saber ajudar-se a si mesmo.

Existe debate entre os conselheiros profissionais quanto à possibilidade de realmente ajudar-nos a nós mesmos, especialmente com problemas psicológicos. Alguns psicanalistas acreditam que a auto-compreensão e a transformação *talvez* venham após centenas de horas de aconselhamento, mas que isto nem sempre é certeza. Por contraste, outros autores argumentaram que ... *pode* ser feito. Com ou sem sofisticação psicológica anterior, um indivíduo pode ler ou ouvir falar acerca de uma idéia nova, pode lançar-se dinamicamente à aplicação a seus próprios pensamentos e ações, e pode operar mudanças surpreendentemente construtivas na sua própria psique. Nem todos, naturalmente, podem fazer isto, nem querem. E poucos daqueles que teoricamente são capazes de fazê-lo, chegam realmente a colocar em prática... Não devemos, portanto, denegrir a auto-analise..."

Não é realmente fácil ajudar-nos a nós mesmos, e às vezes nem sequer é possível, mas há algumas coisas práticas que podemos fazer para começar.

SEJA UM DISCÍPULO

Quando Deus criou a raça humana, colocou-nos num ambiente maravilhoso e claramente pretendeu que os seres humanos tivessem um relacionamento estreito e íntimo com seu Criador. Não querendo fazer de nós robôs, Deus nos deu uma vontade, e com ela, a liberdade de voltar-nos contra Ele. É isto, naturalmente, que ocorreu, primeiramente no jardim do Éden, e depois, nas vidas dos descendentes de Adão e Eva.

A Bíblia emprega uma palavra impopular para descrever a rebeldia humana. É chamada pecado, e faz parte de cada ura de nós (Rm 3:10-12, 23). O pecado nos separa totalmente de Deus, mas faz ainda mais do que isto — está na raiz de todos nossos

problemas. Logo, se é para ajudarmos as pessoas, inclusive nós mesmos, devemos enfrentar, mais cedo ou mais tarde, o fato básico do pecado. Devemos, em primeiro lugar, confessar nosso pecado e, através da oração, convidar Jesus Cristo a tornar-Se Senhor da nossa vida (1 Jo 1:9; Rm 10:9). Ao fazer assim, recebemos a certeza da vida eterna no céu, e uma vida plena e abundante aqui na terra (Jo 3:16; 10:10).

A Bíblia nada diz acerca da salvação mediante as boas obras, o batismo, a membresia da igreja, ou qualquer outra coisa. A salvação é um dom gratuito de Deus que podemos aceitar, rejeitar ou desconsiderar — mas que nunca podemos merecer (Ef 2:8, 9; Rm 6:23).

Quando uma pessoa faz esta entrega a Jesus Cristo, seus problemas imediatos *podem* desaparecer de repente — mas também podem ficar piores. Mesmo assim, no meio de todos os nossos problemas, temos a paz com Deus (Rm 5:1) e uma nova fonte de poder para enfrentar a vida e manter a estabilidade mental (2 Tm 1:7). Tornar-se discípulo de Jesus Cristo faz parte importante da ajuda às pessoas, porque entrega nossos problemas ao Deus todo-poderoso e onisciente que sente nossas dificuldades e está disposto a fazer alguma coisa por elas (1 Pe 5:7).

Tenho um colega que às vezes diz aos aconselhandos: "Não sei o que fazer do seu problema, mas tenho um Amigo

que sabe!" Esta é uma verdade que encoraja, especialmente em tempos de pressões. Este Amigo divino pode ajudar tanto os ajudadores quanto os auxiliados.

ANDE NO ESPÍRITO

Há muitas pessoas que dedicam sua vida a Cristo mas, segundo parece, não crescem espiritualmente. Permanecem sendo "criancinhas em Cristo" durante a vida inteira, e, por causa desta falta de maturidade, têm dificuldade em entender a Bíblia, em conviver bem com as pessoas, e em dominar atitudes internas tais como os ciúmes ou um temperamento explosivo (1 Co 3:1-3). Para crescer como cristãos precisamos ser imitadores de Cristo.

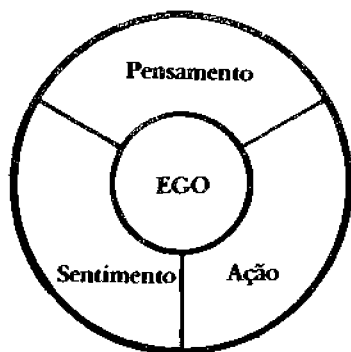
Efésios 5 nos informa o que significa isto. Ser um imitador de Cristo significa que nosso estilo de vida deve ser caracterizado pelo

amor (Ef 5:2), pela pureza moral (vv. 3-7), pelo comportamento que agrada a Deus (vv. 8-14), pela sabedoria" (vv. 15-17) e por "ser cheio do Espírito" (v. 18). Em Gálatas 5:16, Paulo chama isto de "andar no Espírito", e é o segredo do crescimento cristão.

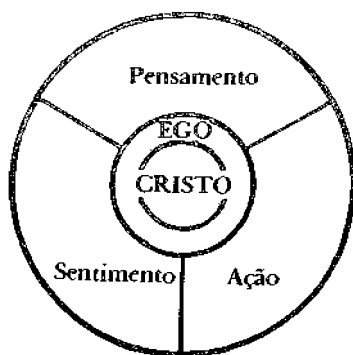
O Espírito Santo, é claro, é a terceira Pessoa da Trindade. Jesus prometeu que o Espírito Santo viria como Consolador-Ensinador, e os discípulos tiveram experiência do poder do Espírito no Dia de Pentecoste (Atos 2). Quando nos entregamos a Cristo, o Espírito Santo vem habitar no íntimo de nosso ser. Nunca nos deixa, mas pode ser "apagado" ou colocado em segundo plano (1 Co 6:19; 1 Ts 5:19). Os cristãos não devem deixá-lo em segundo plano; pelo contrário, devem "andar no Espírito" todos os dias. Este andar envolve o freqüente exame de nós mesmos, e a confissão do pecado, a completa submissão de nós mesmos a Deus, e o pedido do Espírito Santo no sentido de Ele nos deixar repletos (1 João 1:9; Romanos 6:11-13; Lucas 11:13).² Efésios 5:18 acrescenta que devemos continuar cheios do Espírito, deixando-O controlar nossa vida dia após dia. Os resultados talvez não pareçam externamente espetaculares, mas logo descobrimos (como outras pessoas também) que os frutos do Espírito estão crescendo em nossa vida: amor, alegria, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão, domínio próprio, pureza, etc. (Gl 5:22-26).

Tudo isto não vem como resultado dalguma fórmula de ajuda-própria. É uma transformação da personalidade que vem porque fizemos a decisão de andar no Espírito e deixá-Lo controlar nossa vida e nossas emoções.

No Capítulo 3 sugerimos que o pensar, o sentir e as ações são todos importantes na vida do indivíduo. O que distingue os cristãos que estão andando no Espírito das demais pessoas é o centro em redor do qual giram as suas vidas. Para o não-crente, é o ego (self).⁸



Quando, porém, andamos no Espírito, Cristo entrou no centro da nossa vida, e, através do Espírito Santo, controla toda as três partes. Nota-se que não perdemos nossa personalidade individual de tal modo que fique eliminado o ego. Nossos interesses próprios estão submissos a Cristo, mas Ele opera através do nosso ego para influenciar nossos pensamentos, sentimentos e ações. Quando isto acontece, começamos a crescer coreto cristãos. Este deve ser um alvo principal para discípulos e discipuladores, inclusive nós mesmos.



CRESÇA NA MATURIDADE

A vida cristã não é uma camisa de força de regras e regulamentos; é uma vida que nos dá liberdade para crescer. Mesmo assim, como qualquer organismo em crescimento, o cristão cresce mais rapidamente quando segue algumas regras para a boa saúde.

Em Romanos 8:29, lemos que Deus quer que Seus seguidores sejam transformados segundo a imagem de Seu Filho. Naturalmente, isto importa em ficarmos conhecendo a Ele tão intimamente quanto possível. Fazemos assim mediante o estudo da Bíblia e o contato freqüente com Ele mediante a oração. Todo cristão sabe disto, mas freqüentemente descobrimos desculpas para evitar esta tomada de comida espiritual que é tão essencial para o crescimento e desenvolvimento espirituais.

Além desta alimentação, o exercício também é vital. Já notou quantas vezes a Bíblia liga *aquilo que Deus faz por nós* com *aquilo que fazemos pelos outros*? A Oração do Senhor é um bom exemplo: "Perdoa-nos as nossas dívidas, assim como nós temos perdoado aos nossos devedores... Porque se perdoardes aos homens as suas ofensas, também vosso Pai celeste vos perdoará; se, porém, não perdoardes aos homens as suas ofensas, tão pouco vosso Pai vos perdoará as vossas ofensas" (Mt 6:12-15).

No Sermão da Montanha, o princípio é repetido: "Bem-aventurados os misericordiosos, porque alcançarão misericórdia" (Mt 5:7). "Pois com o critério com que julgardes, sereis julgados; e com a medida com que tiverdes medido vos medirão também" (Mt 7:2). Ao escrever para os Filipenses, Paulo dá a certeza a seus leitores de que seu "Deus suprirá todas as vossas necessidades..." mas acabara de notar que os Filipenses tinham sido muito generosos em suprir as necessidades do próprio Paulo. Tiago adverte que "o juízo é sem misericórdia para com aquele que não usou de misericórdia" (Tiago 2:13).

Parece haver aqui um princípio que talvez se aplique aos ajudadores das pessoas quando queremos perdão, tratamento justo, coisas materiais, amor, atenção, ou qualquer número doutras coisas. O melhor lugar para começar a receber é em dar aos outros. Ao ajudar outra pessoa, crescemos na maturidade cristã, ajudamos a nós mesmos no processo, e nossas necessidades ficam sendo supridas à medida em que providenciamos coisas a outras pessoas.

DESCUBRA E DESENVOLVA DONS ESPIRITUAIS

No capítulo anterior discutimos o fato de que todo crente tem um ou mais dons espirituais. Ao descobrir estes dons e

desenvolvê-los, achamos nosso verdadeiro propósito na vida e temos a satisfação de fazer nossa contribuição sem igual ao corpo de Cristo.

Embora a Bíblia não nos dê uma fórmula exata para descobrir nossos dons espirituais, podemos ter a certeza de que o mesmo Deus que nos diz que temos dons nos ajudará a descobrir quais são. Podemos começar por meio de fazer a nós mesmos perguntas tais como as seguintes:⁴

- Quais capacidades espirituais os outros vêem em mim?
- O que sou convidado para fazer mais freqüentemente — o que nunca sou convidado a fazer?
- O que tenho prazer em fazer? (Deus não é um desmancha-prazeres; quer que sejamos felizes em nossa maneira de servir a Ele).
- Em que tenho mais sucesso? (Isto talvez requeira um pouco de ensaio e erro).
- Estas atividades bem-sucedidas enriquecem aos outros, são de proveito para eles? — e edificam o corpo de Cristo?

Nossos dons logo começarão a emergir com clareza, mas até mesmo antes de termos conhecimento completo de nossos dons podemos começar a servir. Mediante o ensaio e o erro, logo descobrimos aqueles dons que Deus nos deu e que são úteis para ajudar a totalidade do corpo de Cristo.

SEJA UM TRANSFERIDOR DE CARGAS

Num livrinho que nos provoca a pensar, J. B. Phillips argumentou, certa vez, que "o problema de muitas pessoas hoje é que não descobriram um Deus suficientemente grande para as necessidades modernas."⁵ O conceito de Deus que desenvolveram é pequeno demais.

Gostaria que Phillips, ou alguém como ele, escrevesse um livro para demonstrar que, para a maioria dos cristãos, nosso Deus não somente é pequeno demais como também nossos fardos são grandes demais. Temos um modo maravilhoso de *falar acerca da* grandeza de Deus, mas não levamos este fato em consideração

quando enfrentamos as pressões da vida. No Antigo Testamento e no Novo diz-se que devemos lançar nossos fardos sobre o Senhor (Sl 55:22; 1 Pe 5:7), e Jesus enfatizou este fato no Sermão na Montanha bem como mais tarde (Mt 6:25; 11:28, 29). Mas os cristãos são lentos para captar a mensagem. Ou carregamos nossos cuidados sobre nossos próprios ombros, ou os damos a Deus em oração e depois os pegamos imediatamente de volta.

Paulo teve este problema. Tinha um espinho na carne que o deixava preocupado. Certo dia, ficou mais entendido, reconheceu que Deus sabia tudo acerca do fardo dele, deixou-O tratar da situação, e relaxou-se (2 Co 12:7-10). Por contraste, Jacó no Antigo Testamento procurou dirigir sua própria vida. Dedicava-se a maquinações intelectuais e até mesmo enganos para obter o que ele queria, mas quando foi morar com Labão, ficou conhecendo alguém que era igualmente astuto. Foi somente quando ficou numa luta com Deus que Jacó conseguiu submeter-se e entregar a totalidade da sua vida ao Senhor. O Espírito de independência e individualismo robusto dos norte-americanos coloca muitos de nós em semelhante situação difícil. Quando há dificuldades financeiras, problemas em lidar com uma criança manhosa, a necessidade de achar um lugar diferente para morar, ou o desejo de expandir um ministério, começamos a planejar para fazer tudo acontecer conforme queremos. Às vezes conseguimos, e às vezes fracassamos, mas freqüentemente carregamos um fardo que não deveria ser nosso para agüentar. Este não é um apelo em favor da inatividade e da falta de previsão; é uma lembrança que nosso Deus soberano tudo sabe acerca de nossa vida. Devemos desenvolver a prática de lançar sobre Ele nossas cargas e de confiar que Ele planejará as soluções, ao invés de procurar fazer tudo sozinhos. Este é um passo importante na ajuda-própria: "acalmar-se" e saber que Ele é o Deus exaltado (Sl 46:10).

DÊ UMA OLHADA EM VOCÊ MESMO

No mundo da medicina, o diagnóstico de um problema usualmente precede o tratamento, e o mesmo acontece na ajuda de nós mesmos (e dos outros). Se podemos descobrir o que está errado e o que precisa de ser mudado, estamos bem encaminhados para fazer alguma coisa que solucione o problema.

Naturalmente, é muito mais fácil falar assim do que pôr em prática. É difícil examinar nossa própria vida com muita objetividade, e até mesmo depois de termos alguma idéia sobre o que devemos fazer, as mudanças nem sempre são fáceis. Mesmo assim, este auto-exame é muito importante na ajuda-própria, e pode acontecer em três níveis.

À Luz da Escritura

Em primeiro lugar, podemos olhar para nós mesmos à luz da Escritura. O Salmo 119 começa com alguns conselhos nesta área:

Bem-aventurados os irrepreensíveis no seu caminho, que andam na lei do SENHOR...

De que maneira poderá o jovem guardar puro o seu caminho? observando-o segundo a tua palavra (Sl 119:1, 9).

Em nossa leitura diária da Bíblia, devemos estar testando nosso comportamento, nossas atitudes, nossos pensamentos e nossos sentimentos à luz da divina Palavra de Deus. Deus conhece melhor do que nós os problemas e lutas psíquicos interiores que temos. Pode ajudar-nos a nos conhecer melhor, e Seu Espírito Santo nos assistirá à medida em que nos transformamos (Sl 139). Antes de ler a Bíblia, devemos pedir a Deus que nos ensine as coisas específicas que precisamos saber acerca de nós mesmos e *do* próprio Deus.

Como Você se Vê

Em segundo lugar, podemos olhar para nós mesmos em termos das nossas próprias fortalezas e fraquezas que conseguimos ver. Em meu curso de seminário em aconselhamento, cada estudante tem o dever de escrever uma autobiografia que inclui uma lista de suas fortalezas e fraquezas, seus alvos e suas prioridades na vida, seus problemas atuais e seus planos para mudar seu estilo de vida para melhorar as coisas. Às vezes é uma

tarefa difícil, mas quase sempre é um exercício valioso porque força cada estudante a olhar para si mesmo de modo honesto.

Como os Outros Vêem Você

Esta autobiografia, no entanto, é ainda mais útil se o estudante pode compartilhá-la com alguém. Assim, chegamos à terceira maneira de conhecer a nós mesmos: compartilhar com outra pessoa. Segundo o psicólogo Sidney Jourard, "Quando um homem não reconhece diante dele mesmo quem, o que, e como ele é, está fora do contato com a realidade, e ficará doente... E parece ser outro fato que ninguém pode vir a conhecer a si mesmo a não ser como resultado de se revelar a outra pessoa."⁶ Jourard argumenta mais, que uma personalidade sadia é aquela que toma o risco de tornar-se conhecida a pelo menos um outro ser humano relevante. Às pessoas mal ajustadas, do outro lado, não se revelaram a outras, e, como resultado, não se conhecem a si mesmas. Tal indivíduo luta ativamente para evitar ser conhecido por outro ser humano. Trabalha nisto incessantemente, vinte e quatro horas por dia, e é muito trabalho! No esforço de evitar ficar conhecida, a pessoa providencia para si mesma um tipo de tensão cancerosa, que é sutil e irreconhecível, mas nem por isso menos eficaz em produzir não somente os variados padrões de personalidade malsã acerca da qual fala a psiquiatria, mas também a vasta gama de enfermidades físicas que vieram a ser consideradas parte do campo da medicina psicossomática.⁷

Em resumo, para olhar para nós mesmos de modo exato devemos ser honestos diante de Deus, diante de nós mesmos, e diante doutras pessoas. É muito difícil e arriscado, mas pode ser de grande utilidade para cada um de nós.

APRENDA A ACEITAR A SI MESMO

Cada um de nós tem um conceito de si mesmo, um quadro daquilo que somos e como somos. Se você pensa: "Sou um bom cristão", "Sou uma péssima dona de casa," "Estou gordo demais", ou "Sou a dádiva de Deus às mulheres", todas estas expressões fazem parte de seu auto-conceito ou da sua auto-imagem.

A melhor maneira de obter um quadro nítido disto é escrever uma lista de adjetivos que descrevem sua pessoa. A lista pode incluir suas feições físicas (de boa aparência, com início de calvície, narigudo, etc), suas características de personalidade (amistosa, impaciente, etc), suas capacidades e crenças ("Sou uma mulher que crê em Deus"), seus valores morais ("Sou uma pessoa que se opõe ao aborto"), e os vários papéis que você desempenha (tais como marido, pai, filho, diácono, negociante, líder escoteiro, etc). Ao examinar a lista, descobrirá que algumas das coisas alistadas são desejáveis (e.g., ser amistoso) ao passo que outras não são (e.g., ser preguiçoso). Algumas partes de sua imagem-própria você as sustenta com bastante firmeza, ao passo que não tem tanta certeza acerca doutras partes. Esta lista provavelmente refletirá somente sua imagem-própria consciente, mas é possível que haja algumas características inconscientes, também.

Esta imagem-própria é importante, porque determina boa parte de nosso comportamento. Se uma pessoa se vê como negociante capaz, atuará de modo muito diferente do que a pessoa que acredita não possuir nenhum senso comercial. Outras pessoas podem discordar da nossa análise de nós mesmos, mas na maioria das vezes nos comportamos, pensamos, e até mesmo sentimos de acordo com este conceito de nós mesmos que se estabeleceu no decurso de anos de aprendizagem.

Muitos cristãos desenvolveram a atitude de que os crentes dedicados devem ter uma auto imagem inferior, que é uma marca de maturidade espiritual quando o cristão sempre se coloca bem em baixo. Por causa desta atitude, a vida de muitos entre nós é miserável, que andamos em |derredor jactando-nos de quão imprestáveis somos.

Devemos reconhecer que, embora tenhamos sido pecadores e continuemos sendo, e que somos totalmente incapazes de levar a efeito nossa própria salvação, também somos seres humanos criados à imagem de Deus. Na realidade, Deus deu tanto valor a nós que enviou Seu Filho para pagar a penalidade do nosso pecado mediante Sua própria morte. Não estamos sendo forçados a submeter nossa vida a este Cristo — Deus nos permite certa dose de livre arbítrio — mas quando nos submetemos, ficamos sendo novas criaturas. Ficamos repletos do Espírito Santo, recebemos dons espirituais, e a nós é concedido o privilégio de servirmos ao Deus soberano do universo. Deus agora nos considera Seus

próprios filhos e filhas (Rm 8:15; Gl 4:4-7; Ef 5:1), aos quais conhece e dos quais cuida pessoalmente. E verdade, naturalmente, que nada disto aconteceu porque somos dignos de tratamento especial. Veio somente por causa da bondade de Deus. Este fato, no entanto, deve alterar drasticamente nossa auto-imagem. Somos pessoas importantes, filhos do Rei — por causa daquilo que Ele fez. Podemos, portanto, ter uma conceito-próprio positivo. Não negamos nossas capacidades ou sucessos na vida. Aceitamo-nos como sendo provenientes de Deus, reconhecemo-nos com gratidão, louvamos a Ele por causa deles, e desenvolvemos uma imagem-própria positiva baseada naquilo que Deus tem feito em nossa vida.

FAÇA ALGUMA COISA POSITIVA

As vezes, a atividade é a melhor terapia. Alcoólatras Anônimos descobriu este fato há muitos anos, e desenvolveu um programa bem-sucedido de reabilitação, em que as pessoas que têm problemas com a bebida se ajudam mutuamente.

Muitos de nós provavelmente estamos culpados daquilo que tem sido chamado síndrome da corrida do ouro.⁸ Nos dias da corrida do ouro, os garimpeiros não ousavam parar a fim de ajudar outro homem que talvez estivesse em dificuldades. Fazer assim era perder tempo, e depois era possível que outra pessoa, talvez até mesmo o homem que foi ajudado, viesse a chegar na frente dele para reivindicar a melhor jazida. O resultado era uma existência particular altamente individualizada e egocêntrica. Assim como os homens que passaram de largo ao verem o viajante ferido, até que viesse o Bom Samaritano, nós também passamos correndo pela vida, absortos em nosso próprio pequeno mundo, e talvez carregando nossas próprias cargas. Fazemos força para atingir nossos próprios alvos e deixamos de reconhecer que ajudar outra pessoa tem grande valor terapêutico para nós mesmos. Esta não é a única solução para nossos problemas, mas quando ajudamos a outra pessoa, somos freqüentemente nós que obtemos o benefício maior.

ACHE UM CONSELHEIRO

Certamente uma das melhores maneiras de ajudar-nos a nós mesmos é achar alguém que pode nos ajudar a ter uma perspectiva melhor da vida e a lidar com nossos problemas. Muitos de nós estamos relutantes em fazer assim. Parece dar a entender que somos fracos, pois não podemos solucionar nossos próprios problemas. Na realidade, no entanto, achar um ajudador e reconhecer nossa fraqueza é realmente um sinal de fortaleza (2 Co 12:10). Significa que enfrentamos o problema de modo direto e resolvemos achar outra pessoa cuja perícia e objetividade pode ajudar-nos — assim como nós talvez possamos ajudar a ela nalguma outra ocasião.

Aceitar ajuda sempre é difícil. Coloca-nos na obrigação de retribuir. Pode fazer com que nos sintamos fracos ou inferiores, e contradiz o individualismo robusto que chegamos a valorizar tanto. Na realidade, somos todos fracos e necessitamos uns dos outros, mas muitos entre nós deixamos de reconhecer este fato. Obter a ajuda de que precisamos é muito mais sensato do que ficar sentados inativos, sentindo dó de nós mesmos e lutando (com fracasso após fracasso) para dominar uma situação que talvez não entendamos nem controlemos perfeitamente. Um dos fatores que contribui para o crescimento na maturidade é aceitar a ajuda e o ministério de outros cristãos e conselheiros.⁹

LEMBRE-SE DE NOSSO ALVO

Em toda nossa ajuda, seja em ajudar a nós mesmos ou aos outros, nunca percamos de vista nosso alvo. A Grande Comissão instrui, e a até mesmo ordena, que cada cristão testemunhe e faça discípulos. Tendo recebido poder da parte de Cristo, devemos ser Seus instrumentos em transformar vidas.

A mudança começa conosco, como indivíduos. Somos realmente seguidores de Cristo? Estamos crescendo como discípulos? Estamos alcançando outras pessoas com a mensagem do evangelho? Estamos fazendo esforços para ajudar outros membros do corpo de Cristo à medida em que crescem para a maturidade cristã? Estamos contribuindo, como Paulo, ao treinamento doutras pessoas (inclusive os membros de nossa família) de tal modo que

elas também, por sua vez, possam ser' discípulos e discipuladores? Se a resposta a qualquer uma destas perguntas for "não", então precisamos fazer mudanças em nossas próprias vidas. Se podemos responder "sim", já somos ajudadores das pessoas, quer o reconheçamos, quer não.

Parte Dois

A TRADIÇÃO DA AJUDA ÀS PESSOAS

11. O ACONSELHAMENTO NO PASSADO E NO PRESENTE

A ajuda às pessoas é coisa que está conosco há séculos. O Antigo Testamento está repleto de exemplos de homens e mulheres piedosos que foram usados pelo Espírito Santo para encorajar, orientar, apoiar, confrontar, aconselhar e ajudar doutras maneiras as pessoas necessitadas. Jesus foi descrito como sendo "Maravilhoso Conselheiro", e Seus seguidores foram nomeados não somente para pregar como também para lidar com as necessidades espirituais e psicológicas dos indivíduos (Mt 10:7, 8). As Epístolas do Novo Testamento oferecem uma boa compreensão das técnicas de aconselhamento dos seus escritores inspirados, e mais tarde, no decurso da era cristã inteira, os líderes da igreja têm-se dedicado às quatro funções de aconselhamento pastoral que se conhecem: a cura, o apoio, a orientação e a reconciliação.¹

A maior parte da responsabilidade para o aconselhamento provavelmente ficava, em certa época, com os teólogos, mas, por alguma razão, o aconselhamento mudou-se da teologia para a medicina, e, mais tarde, para campos tais como a psiquiatria, a psicologia, e a obra social, já na primeira metade deste século, o aconselhamento se identificava cada vez mais como disciplina, especializada. Ficou sendo separada da igreja, foi pressuposto que estava fora do alcance da capacidade do pastor, e rigorosamente fora dos limites para os leigos sem treinamento especial.

A ASCENSÃO DO ACONSELHAMENTO PROFISSIONAL

Indubitavelmente o tão influente Dr. Freud (que às vezes recebe mais culpa do que merece) foi parcialmente responsável para a profissionalização do aconselhamento. Freud acreditava que a psicoterapia era uma tarefa que requeria tanta perícia quanto a

cirurgia e, portanto, não era algo que os não treinados deveriam tentar fazer. Diferentemente de alguns dos seus seguidores, Freud acreditava que os leigos poderiam ser conselheiros, mas que deviam ser leigos altamente treinados. Os pastores eram elegíveis para receber este treinamento, mas, segundo Freud e a psicologia que fundou, as pessoas religiosas invariavelmente tinham complexos neuróticos que poderiam interferir com a eficácia de seu aconselhamento.² Tomava por certo que o conselheiro, para ser verdadeiramente eficaz, deve primeiramente passar ele mesmo por centenas de horas de aconselhamento a fim de ter compreensão do seu próprio comportamento e neuroses.

Os pastores, naturalmente, continuavam a aconselhar a despeito destas análises psiquiátricas, e os leigos também continuavam. Mas o não-profissional muitas vezes se sentia inadequado como conselheiro, inseguro quanto àquilo que deveria fazer, e sem convicção de que realmente poderia ajudar as pessoas com seus problemas.

Nas décadas de 1950 e 1960, as coisas começaram a se transformar. Um relatório patrocinado pelo governo dos Estados Unidos insistiu conosco que havia a necessidade de treinar leigos para aconselharem, e o Congresso dos Estados Unidos começou a votar verbas para este propósito. Naquela ocasião, eu estava na faculdade e ainda me lembro do tom de descrença na voz de um dos meus professores, que nos informou que, como profissionais, teríamos que dar um pouco de espaço para os conselheiros leigos, querendo ou não, e sem levar em consideração se o considerávamos uma boa coisa para o povo emocionalmente perturbado da América.

Nesta mesma época, mais ou menos, começaram a surgir relatórios perturbadores, que sugeriram que, embora os leigos talvez sejam maus conselheiros, os profissionais não seriam muito melhores, e, em muitos casos, eram piores. Hans Eysenck, um psicólogo britânico controverso, publicou os resultados de algumas pesquisas que foram um desafio sério à eficácia da psicoterapia.³ A obra de Eysenck foi fortemente criticada, mas outros pesquisadores se lançaram à tarefa, e chegaram à conclusão de que talvez dois-terços de todos os terapeutas são ou ineficazes ou nocivos,⁴ inclusive alguns dos profissionais mais altamente pagos. Esta conclusão dificilmente seria um "viva!" muito emocionante a favor do aconselhamento profissional, e a imagem profissional

ficou ainda mais deslustrada quando a obra muito aclamada do psicólogo Robert Carkhuff demonstrou que as pessoas leigas com bem pouco treinamento podiam ser muito eficazes em levar a efeito mudanças nas vidas das pessoas com problemas psicológicos.⁵

A ASCENSÃO DO ACONSELHAMENTO PASTORAL

Durante este tempo todo, os pastores e os leigos continuavam a aconselhar e ajudar as pessoas numa variedade de maneiras. A maioria deles, segundo imagino, era inconsciente do debate que estava sendo travado entre os profissionais, e muitos foram encorajados pela crescente influência do assim-chamado movimento de aconselhamento pastoral. Tendo sido começado na década de 1920 por um grupo de pastores e médicos este movimento fez grandes progressos, especialmente nos seminários teológicos mais liberais.

O "pai fundador" melhor conhecido do movimento de aconselhamento pastoral provavelmente foi Anton T. Boisen, um ministro e escritor que, durante os primeiros sessenta anos da sua vida longa, passou por certo número de colapsos psicóticos, três dos quais levaram à sua hospitalização em instituições para doenças mentais. Como resultado destas experiências, Boisen tirou a conclusão de que a igreja estava negligenciando o campo da saúde mental, e veio a interessar-se na necessidade de treinar alunos dos seminários para trabalhar com os doentes mentais. Começando com apenas uns poucos estudantes, Boisen começou um programa de treinamento, pouco organizado, para seminaristas no Hospital Estadual de Worcester, em Massachussets.

A partir deste começo simples, "Clinicai Pastoral Education" (CPE = Educação Clínica Pastoral) cresceu até ficar sendo uma disciplina altamente organizada que providencia treinamento supervisionado em aconselhamento para seminaristas e conselheiros pastorais. Boa parte da obra da CPE tem sido admirável: providencia padrões e orientações para o treinamento de conselheiros pastorais; alerta o pessoal dos hospitais à relevância e importância do envolvimento dos pastores no tratamento dos doentes físicos e mentais; investiga modos de relacionar a teologia e as ciências psicológicas entre si, demonstra a importância do

treinamento em aconselhamento como parte da educação no seminário; comprova que o desenvolvimento pessoal e espiritual do seminarista é, no mínimo, tão importante quanto seu treinamento intelectual para o ministério.⁶

Nas décadas de 1930 e 1940, quando numerosos seminários estavam acrescentando treinamento pastoral clínico aos seus currículos, as faculdades teologicamente conservadoras estavam reagindo com ceticismo — ceticismo este que permanece até ao tempo presente. Desde seu início, a CPE parecia ser um movimento teologicamente liberal, e este fato, juntamente com uma desconfiança geral da psicologia, foi sem dúvida a causa de os evangélicos conservarem-se separados da corrente principal da CPE. Embora não endossassem de modo algum a teologia da CPE, os psicólogos cristãos Clyde Narramore e Henry Brandt demonstraram que era possível uma abordagem bíblica ao aconselhamento, e alguns evangélicos começaram a perceber a relevância da psicologia à educação teológica. Agora, a maioria dos seminários e institutos bíblicos conservadores tem cursos de aconselhamento pastoral, e algumas destas instituições até mesmo têm departamentos altamente desenvolvidos de psicologia e aconselhamento pastorais. O contato evangélico com a CPE permanece sendo mínimo, no entanto, e ainda não há abordagens bíblicas claramente delineadas ou de larga aceitação, quanto ao processo do aconselhamento.

O ACONSELHAMENTO SECULAR NO DIA DE HOJE

Numa revista popular, o escritor de um artigo recente fez a estimativa de que há, atualmente, acima de duzentas abordagens sistemáticas diferentes ao aconselhamento! Cada uma destas abordagens tem defensores entusiastas, e, juntamente, os vários sistemas chegaram a produzir, segundo a estimativa, dez mil técnicas de aconselhamento! Algumas destas abordagens, tais como a psicanálise, o aconselhamento centralizado no paciente, e a terapia racional-emotiva, são bem conhecidas. Outros métodos se destacam menos, e têm menos seguidores. A terapia primária, a terapia radical, a terapia da dança, e muitas das terapias do corpo ficam nesta última categoria.

As Terapias Diretivas

Correndo o risco da simplificação demasiada, poderíamos agrupar estes vários sistemas em três categorias latas e parcialmente coincidentes. Em primeiro lugar, há as *terapias diretivas*. Nestas abordagens, o conselheiro é visto como perito que faz o diagnóstico e a análise do problema, às vezes define ou categoriza o comportamento, e decide sobre soluções para o problema do aconselhando e, de várias maneiras, comunica estas soluções ao aconselhando.

Sem dúvida, o melhor exemplo desta abordagem é a terapia racional emotiva (RET) de Albert Ellis. Ellis toma por certo que o homem é um organismo racional, sentiente e ativo — naquela ordem.⁷ A fim de ajudar as pessoas com seus problemas, Ellis acredita que não devemos perder tempo com os sentimentos e as ações. Pelo contrário, devemos focalizar nossa atenção no pensamento; devemos ensinar as pessoas a controlar seu destino por meio de aprender a pensar mais racionalmente. Diferentemente da maioria das outras abordagens ao aconselhamento, RET encoraja os conselheiros (mais *do* que os aconselhando») a dirigir a maior parte da conversação, a desafiar diretamente as idéias que o aconselhando tem acerca de si mesmo ou de seu mundo, e, se necessário, argumentar, ridicularizar, ordenar, ou até mesmo xingar o aconselhando a fim de alterar seu modo de pensar,⁸

Muito mais suaves, mas não menos diretivas, são as terapias psicanalíticas. Aqui, focaliza-se o inconsciente. Supõe-se que os problemas freqüentemente surgem por causa da influência de forças interiores que o aconselhando nem reconhece nem entende. O trabalho do conselheiro é escutar enquanto o aconselhando fala livremente ou descreve seus sonhos. Finalmente, o conselheiro começa a ver as causas inconscientes do comportamento do aconselhando, e estas informações são repartidas de modo cuidadosamente planejado.

As várias terapias da modificação do comportamento são muito diferentes. Estas abordagens usualmente negam a existência de uma coisa chamada o inconsciente que subjaz e produz os sintomas. Para o behaviorista há pouca ênfase sobre os sentimentos ou o pensamento. Toma-se por certo, pelo contrário, que os sintomas *são* o problema, e que o único tratamento eficaz é

a mudança do comportamento ou ações através de técnicas derivadas dos laboratórios dos pesquisadores psicológicos. Enfatiza-se aqui a alteração daquilo que as pessoas *fazem* (ao invés daquilo que pensam ou sentem), às vezes sem o aconselhando ter consciência disto, e sem ele desejar tratamento. O terapeuta deve ser um perito na análise de uma situação problemática e em saber como podem ser alteradas as ações do aconselhando.

Terapias Permissivas

Do lado oposto destas abordagens diretivas há um grupo de técnicas de tratamento que podem ser rotuladas *terapias permissivas* ou não-diretivas. O conselheiro aqui pode ver-se como perito em lidar com problemas pessoais, mas sua tarefa não é fazer diagnósticos, receitar soluções, ou fazer o tratamento das pessoas. Pelo contrário, o conselheiro é um facilitador que estimula as pessoas a solucionarem seus próprios problemas e que cria um ambiente permissivo em que pode ser solucionado o problema e ocorrer o crescimento pessoal.

A antiga terapia centralizada no paciente, de Karl Rogers, é o exemplo mais conhecido desta abordagem. O terapeuta procura demonstrar calor, entendimento, empada, solicitude e "consideração positiva incondicional" para seu "cliente" que, por sua vez, sente-se livre para expressar suas frustrações e sentimentos. Não há tentativa para dirigir a conversação, interpretar o que está acontecendo, dar conselhos, ou atribuir culpa. O conselheiro escuta enquanto o aconselhando-cliente fala, resume o que foi dito, e procura identificar o que o cliente está sentindo. Toma-se por certo que o cliente finalmente chegará à compreensão de seu próprio comportamento, e tomará as medidas necessárias para mudar-se.

Dentro dos anos mais recentes, Rogers avançou cada vez mais no emprego da terapia de grupo, na qual os clientes se ajudam mutuamente com os problemas. Embora difiram grandemente nas suas pressuposições e alvos, a terapia Gestalt de Perls, as várias terapias de encontro, a psicoterapia experimental de Gendlin, e algumas das terapias existenciais também percebem o valor da interação dentro do grupo. Além disto, cada um destes métodos focaliza o potencial inato do homem, enfatiza as

experiências e os sentimentos humanos, e supõe que os seres humanos individuais são capazes de resolver seus próprios problemas quando recebem as condições terapêuticas permissivas apropriadas.⁹

Terapias de Interação

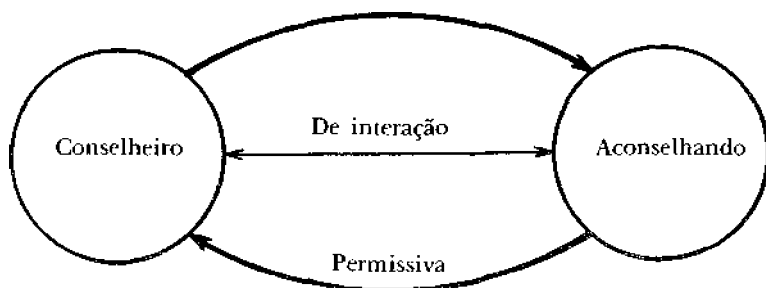
Em certo ponto entre a abordagem diretiva e a permissiva ao aconselhamento, há o que se pode chamar as terapias de *interação*. Este termo descreve o aconselhamento em que o conselheiro e o aconselhando interagem juntamente mais ou menos como iguais. Um médico suíço chamado Paul DuBois empregava esta abordagem cerca da volta do século. DuBois, segundo os relatórios, "matinha conversações com seus pacientes e ensinava-lhes uma filosofia da vida mediante a qual substituíram nas suas mentes suas preocupações normais com a doença por pensamentos de saúde.. . Insistia em que o médico tratasse o paciente como amigo, e não meramente como um caso interessante."¹⁰

DuBois tem sido descrito como o "ancestral espiritual mais direto" de William Glasser, cuja terapia da realidade é, em essência, um esforço de time entre o conselheiro e o aconselhado. O terapeuta da realidade não nega os sentimentos ou o comportamento, mas encoraja o aconselhando a focalizar sua atenção na realidade presente, e a fazer planos para o futuro que o ajudarão a se sentir amado, capaz de amar, e com mais valor como ser humano.

Estas três abordagens latas ao aconselhamento podem ser resumidas no seguinte diagrama:¹¹

Diretiva

Em qualquer situação de aconselhamento, há pelo menos duas pessoas envolvidas — o conselheiro e o aconselhando. Estas duas pessoas às vezes são referidas por termos diferentes (terapeuta-paciente, ajudador-auxiliado, facilitador-cliente, etc), e freqüentemente há mais de um aconselhando (como na terapia de grupo) ou mais de um conselheiro (como no aconselhamento de time).



O relacionamento entre estes participantes é ou *diretivo* (onde a maior parte da ação se movimenta do conselheiro para o aconselhado), *permissivo* (onde o conselheiro é um facilitador da ação da parte do aconselhando), ou *interacional* (onde há mais ou menos um esforço de time entre iguais). A linha pontilhada no centro do diagrama é o ponto de continuação onde as várias terapias podem ser colocadas. Algumas das terapias estão numa das extremidades, ao passo que outras ficam mais perto do centro. Algumas, tais como as teorias ecléticas, abrangeriam boa parte do ponto de continuação, ao passo que outras são mais estreitas nas suas perspectivas.

ABORDAGENS CRISTÃS AO ACONSELHAMENTO

No seu livro controvertido mas que é um desafio ao pensamento, *Conselheiro Capaz*, Jay Adams fez a acusação de que boa parte daquilo que hoje chamamos de aconselhamento cristão envolve pouco mais do que adotar estas abordagens seculares e aspergi-las com uns poucos versículos bíblicos.¹² Suponho que Dr. Adams concordaria que, para muitos conselheiros cristãos nem sequer tem havido esta leve aspersão! As abordagens seculares têm sido aceitas e empregadas com pouca consciência de que talvez haja algumas contradições radicais entre a Bíblia e muitos sistemas terapêuticos contemporâneos.

Não se segue, porém, que as abordagens cristãs ao aconselhamento não devam ter qualquer semelhança com as terapias seculares. O cristão deve começar com a suposição de que Deus existe, que Ele é a Fonte de toda a verdade, e que revelou esta

verdade não somente nas Escrituras mas também na Sua revelação natural.¹³ O terapeuta secular não passa muito tempo estudando a Bíblia, mas pelo menos é um cientista que estuda a revelação natural de Deus. Não é de admirar, portanto, se o descrente descobriu nos seus estudos algumas conclusões úteis acerca do comportamento humano e conseguiu achar algumas técnicas de aconselhamento que são tão eficazes quanto consistentes com a revelação especial de Deus conforme se acha nas Escrituras. Quando os cristãos desenvolvem abordagens ao aconselhamento, não deve ser surpreendente que algumas das suas técnicas formarão paralelos com as seculares, pelo menos nalguns aspectos.

O Aconselhamento Noutético

Consideremos, por exemplo, o aconselhamento "noutético" de Dr. Adams (de *noutheteo*, a palavra grega para "admoestar"). Esta é uma *abordagem diretiva* que em muitos aspectos é semelhante à terapia racional-emotiva de Ellis. Embora tenha sido criticado por muitas das suas conclusões, Adams nem por isto deixou de procurar edificar um sistema de aconselhamento que começa com a Escritura e é construído com base nela. Poucas outras pessoas foram tão corajosas ou criativas ao ponto de tentar semelhante tarefa.

A abordagem de Adams foi aceita sem questionar por muitos cristãos, talvez porque dê respostas simples, critica as terapias não-cristãs que deixam de lado a Bíblia, enfatiza a importância do pecado, supõe que uma educação de seminário é suficiente para o aconselhamento competente, permite que o conselheiro seja diretivo e autoritário, e remove a responsabilidade do conselheiro, ao deixá-lo lançar sobre o aconselhando a responsabilidade da recuperação. Sem dúvida, muitos cristãos ficam impressionados com as tentativas de Dr. Adams para apoiar na Bíblia a sua abordagem, e é possível que o aconselhamento nouético tenha atraído seguidores porque não há sistema alternativo que é claramente bíblico.

No começo do seu livro, Adams declara que seu método tem pressuposições. "Aceito francamente a Bíblia inerrante como o Padrão de toda fé e prática," escreve ele. Portanto, as Escrituras constituem, a base, e contêm os critérios segundo os quais

procurei emitir todo juízo."¹¹ Numa nota de rodapé acrescenta outra orientação muito importante que alguns dos locutores populares atuais em matéria da psicologia poderiam seguir com proveito: "A matéria dos casos é empregada como evidência de apoio, mas somente de modo ilustrativo. Não se deve pensar que tais materiais confirmam ou averiguam as posições bíblicas (a Palavra de Deus não precisa de apoio humano); empreguei-a, pelo contrário, para ilustrar, concretizar e esclarecer!"¹⁵ Adams depois passa a pedir que qualquer pessoa que critique sua obra o faça "de modo bíblico". Não tem interesse por dados neutros, objetivos ou empíricos, ou por debates oriundos de suposições não-cristãs.¹⁶

Adams tem o direito de alistar estas estipulações, mas, ao fazer assim, quase coloca seu sistema além da crítica. "Não posso aceitar suas críticas a não ser que você aceite minhas pressuposições," diz ele em essência, mas é difícil achar qualquer coisa para criticar se aceitamos suas pressuposições.

Podemos, no entanto, achar falta em Adams por sua epistemologia (o conceito da fonte do conhecimento) e por sua hermenêutica (interpretação da Escritura) seletiva. Em termos de epistemologia, Adams aceita a autoridade das Escrituras mas faz a suposição debatível que Deus revelou tudo quanto precisamos saber acerca do aconselhamento dentro das páginas da Bíblia. A revelação escrita de Deus é mais clara do que aquela que não é escrita, e a Bíblia deve ser aceita como autoridade porque é inerrante e é a Palavra de Deus. Não se segue, porém, que Deus revela todas as verdades acerca do homem ou acerca do Seu universo dentro das páginas da Escritura. A medicina, a física, a química, e uma multidão doutras disciplinas acadêmicas descobriram verdades acerca do mundo de Deus que são consistentes com as páginas da Bíblia, mas não *escritas* ali. Por que, pois, devemos pressupor que a psicologia e a psiquiatria seculares são incapazes de descobrir qualquer verdade? Certamente, as conclusões destas ciências, e doutras, devem ser testadas contra a Palavra de Deus escrita, mas desconsiderar a psicologia, conforme fez Adams, talvez seja mais uma evidência de preconceito pessoal do que da exegese bíblica ou da análise racional. Como conselheiros, não seria melhor examinar a revelação especial de Deus e a natural, e descobrir nestas duas uma compreensão instrutiva e prática do aconselhamento? O próprio Adams fez assim. Defende o emprego de peças teatrais

(psicodrama), testes psicológicos cristãos, aconselhamento em times, e às vezes uma forma skinneriana de condicionamento,¹⁷ nenhum dos quais se acha na Bíblia, mas todos os quais podem ser consistentes com a revelação bíblica.

Conforme é apresentado na sua forma escrita, o aconselhamento "noutético" ou admoestatório de Dr. Adams é uma abordagem diretiva que tem pouco lugar para o encorajamento, o aconselhamento apoiador, ou a renovação de confiança e a ajuda que advém da membresia do corpo dos crentes. Enfatiza-se a confrontação; desenfatiza-se a escuta, a compaixão e o amor, ainda que estes últimos sejam conceitos bíblicos importantes.

Assim chegamos à interpretação que Adams dá à Escritura. Numa tentativa de desacreditar a psicologia e edificar um sistema que é consistente com a Bíblia, Adams às vezes dá a impressão de forçar as Escrituras para dentro de seu próprio sistema. Consideremos, por exemplo, a suposição que o comportamento determina os sentimentos, e nunca vice-versa. É verdade, naturalmente, que viver no bem pode produzir bons sentimentos, e que o comportamento pecaminoso pode criar sentimentos de depressão ou outros problemas. Mesmo assim, Salmo 34:12, 13; 1 Pedro 3; Efésios 2:10, 4:19, e 1 Timóteo 4:2, as passagens que Adams cita, dificilmente dão apoio à conclusão de que os sentimentos sempre brotam do comportamento. Podemos pensar nos fariseus dos dias de Jesus, cujo comportamento era moralmente reto mas cujas atitudes, reações emocionais, e motivos eram claramente impuros. "Os conselheiros noutéticos", escreve Adams, "gastam menos tempo descobrindo como as pessoas se sentem. Estão mais interessados em saber como seus clientes se comportam."¹⁸ Conforme já vimos em capítulos anteriores, porém, as Escrituras dão importância aos sentimentos e pensamentos, e não apenas ao comportamento.

Dedicamos vários parágrafos ao comentário sobre a obra de Dr. Adams porque seu sistema é o mais conhecido entre os evangélicos. Além disto, expressa uma pressuposição que sub-jaz boa parte do aconselhamento feito por pastores e outros que são teologicamente conservadores: que o papel do conselheiro cristão é pregar no gabinete de aconselhamento. Lança-se suspeita sobre qualquer outro tipo de abordagem.

Abordagens Permissivas

As abordagens não-diretivas ou *abordagens permissivas* ao aconselhamento cristão têm sido mais claramente defendidas pelos escritores mais antigos no movimento de aconselhamento pastoral. Embora ela esteja ficando cada vez menos típica da Educação Pastoral Clínica hoje em dia, havia muita ênfase sobre as técnicas rogerianas durante os anos após a Segunda Guerra Mundial. Esta abordagem era consistente com uma teologia liberal, que tirava a ênfase do pecado original e a autoridade da Escritura, ressaltava o potencial inato do homem, e enfatizava a capacidade do indivíduo de solucionar seus próprios problemas. Por causa das pressuposições não-bíblicas sobre as quais se fundamenta esta abordagem, poucos evangélicos a aceitaram de lodo o coração, embora muitos concordassem com a observação de Clinebell de que a

... profunda influência que o método centralizado no paciente tem tido sobre o desenvolvimento do aconselhamento pastoral contemporâneo tem sido.. . uma ajuda para salvá-lo de um legado de diretividade exagerada. Era (e é) especialmente necessário aos *ministros* para nos alertar aos dois perigos profissionais da verbalização fácil e de desempenhar o papel de Deus na vida dos aconselhados. Demonstrou de modo convincente a importância crucial em todo o aconselhamento da escuta disciplinada e a correspondência aos sentimentos. Para os ministros nas tradições que se centralizam na autoridade, e para os estudantes que estão aprendendo a teologia, expor-se por um tempo à abordagem de Rogers é de grande benefício. Um treinamento nesta filosofia e método é um ponto de partida excelente para aumentar as perícias da pessoa no aconselhamento. Não é um ponto adequado de *parada*. Dá à pessoa os fundamentos de estabelecer um relacionamento terapêutico, mas não providencia orientação nos métodos *variados* da utilização deste relacionamento para ajudar pessoas perturbadas. O método rogeriano fornece um alicerce firme, mas não o edifício inteiro, de uma abordagem adequada ao aconselhamento. O pastor deve continuar a *centralizar-se na pessoa* .no seu aconselhamento, mas não é

sinônimo com o permanecer "centralizado no paciente" na metodologia.¹⁵

A Abordagem da Interação

Parece que agora o movimento o aconselhamento pastoral está se movimentando mais em direção da *abordagem da interação*. Embora nunca empregue este termo, é este o tipo de aconselhamento proposto há muitos anos por Paul Tournier, o bem-conhecido conselheiro na Suíça. Tournier nunca fez um curso de aconselhamento, e sustenta que não tem qualquer abordagem realmente sem igual. Ao invés disto, entra em diálogo com seus aconselhados, procurando fazer com que seja como a conversação entre dois iguais. No começo, há conversa trivial, e um pouco de risada nervosa, mas finalmente Tournier procura edificar uma comunhão espiritual entre o conselheiro e o aconselhado, um vínculo de confiança interpessoal entre dois seres humanos. A aceitação, o apoio, a participação mútua, a confissão honesta dos pecados e das fraquezas pessoais, a oração, a escuta passiva, e o aconselhamento direcional, todos podem fazer parte do aconselhamento.²⁰

A abordagem da interação não coloca o conselheiro no papel de ser o poderoso perito ou, no outro extremo, de ser um catalisador que fornece um ambiente dentro do qual o aconselhado pode resolver seus problemas. Uma abordagem da interação remove a hierarquia de médico-paciente e vê o conselheiro e o aconselhado como realmente são: seres humanos semelhantes, criados por Deus à Sua imagem e trabalhando juntos para suportar as cargas e solucionar os problemas.

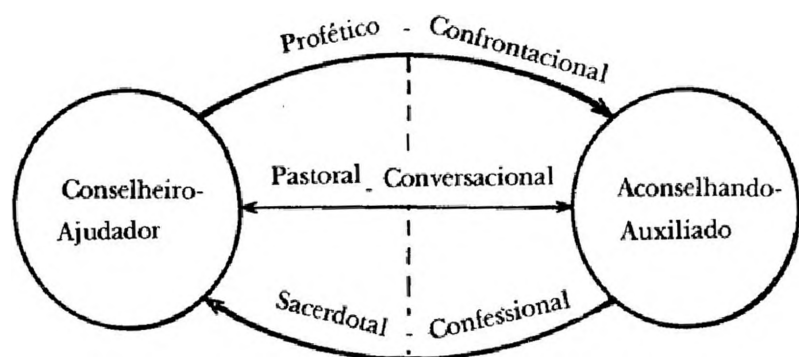
Numa tentativa de demolir ainda mais a natureza de médico-paciente que há no aconselhamento, alguns sugeriram que devamos empregar o termo *ajudador* ao invés de conselheiro e colocar a palavra *auxiliado* no lugar de aconselhado. As páginas anteriores deste livro fizeram assim. O auxiliado é um indivíduo de valor que tem um problema, e o ajudador é o instrumento de Deus para ensinar e guiar na vida do auxiliado. O auxiliado é um perito nos seus próprios problemas. Conviveu com eles, analisou-os, foi derrotado por eles, e procurou sem sucesso solucioná-los. O ajudador também é um perito, nas técnicas do aconselhamento e no entendimento das Escrituras bem como da psicologia humana.

O ajudador não está limitado a alguns poucos métodos. Pode consolar, apoiar, interrogar, escutar, encorajar, ou, simplesmente ficar lado a lado com o auxiliado. Reconhece que o Espírito Santo é realmente o Terapeuta e que o ajudador deve ser um homem ou mulher de Deus que é um vaso "digno do uso do Mestre" para moldar a vida doutra pessoa e guiá-la por urna situação de aconselhamento.

Abordagens Alternativas

Embora a abordagem da interação talvez seja o método preferido de aconselhamento, haverá ocasiões em que ou uma abordagem mais direta ou mais permissiva seria da máxima ajuda para uma pessoa com problemas. Todas as três abordagens têm precedentes bíblicos, e todas as três são empregadas em diferentes ocasiões por conselheiros cristãos. A abordagem diretiva pode ser vista como sendo uma abordagem profética-confrontacional ao aconselhamento, em que o conselheiro fala a verdade em amor e confronta o auxiliado com seus fracassos na matéria de assumir a responsabilidade e viver à altura dos padrões bíblicos. O aconselhamento permissivo é uma abordagem mais do tipo sacerdotal-confessional, em que o aconselhando fala acerca dos seus problemas, necessidades, e pecados, e o conselheiro escuta e aponta o caminho para o perdão.²¹ "Pastoral-conversacional" é um termo que pode ser aplicado à abordagem da interação. Aqui, há conversação entre o conselheiro e o aconselhando, mas há mais do que isso. O conselheiro traz sua solicitude amorosa e perícia, e mansamente guia o aconselhando, e ajuda-o a crescer psicológica e espiritualmente. O diagrama na página 167, portanto, poderia ser rotulado da seguinte maneira:

Ajudar as pessoas pelo aconselhamento é um desafio difícil e exigente. O conselheiro-ajudador cristão é basicamente um ensinador que toma sobre si as responsabilidades e exigências envolvidas em semelhante posição.²² Ser um ajudador cristão não é uma tarefa a ser assumida levemente. E a dedicação de si mesmo para ser o instrumento de Deus na transformação da vida doutra pessoa. As responsabilidades são grandes, assim como são, às vezes, as frustrações, mas os galardões nesta vida e na do porvir fazem da ajuda às pessoas um dos maiores desafios que podemos enfrentar nesta terra.



NOTAS

Capítulo 1

1. J. D. Pentecost, *Design for Discipleship* (Grand Rapids: Zondervan, 1971), págs. 46, 40, 55.
2. W. A. Henrichsen, *Disciples Are Made — Not Bom* (Wheaton, 11- linois: Victor Books, 1974), pág. 153.
3. Ibid., pág. 154.
4. D. Bonhoeffer, *The Cost of Discipleship* (Nova York: Macmillan, 1937).
5. Pentecost, op. cit., pág. 104.
6. G. H. Harvey, S. R. Hoyt, e C. R. Stewart, *You the Discipled: A Strategy for Success* (Wheaton, Illinois: Christian Service Brigade, n. d.), pág. 19.
7. G. H. Harvey, comunicação pessoal, Universidade do Estado de Geórgia.

Capítulo 2

1. Gary R. Collins, *The Christian Psychology of Paul Tourner* (Grand Rapids: Baker, 1973).
2. Ver R. R. Carkhuff, *Helping and Human Relations: A Primer for Lay and Professional People, Volume 1, Selection and Training* (Nova York: Holt, Rinehart and Winston, 1969); C. B. Truax, "Therapist Empathy Genuineness, and Warmth and Patient Therapeutic Outcome," em *Journal of Consulting Psychology*, vol. 30, 1966, págs. 395-40; L. M. Brammer, *The Helping Relationship: Process and Skills* (Englewood Cliffs, Nova Jérsei: Prentice-Hall, 1973).
3. V. *Novo Dicionário Aurélio*, s.v.
4. Carkhuff; Brammer.
5. Ibid.

Capítulo 3

1. Este diagrama é sugerido em Anderson e Anderson, *The House Church*

(Nashville: Abingdon, 1975), pág. 35.

2. O sábio rei Salomão enfatizava a importância de escutar antes de falar em Provérbios 18:13.

3. G. Egan, *The Skilled Heiper* (Monterey, Califórnia: Brooks/Cole, 1975).

4. L. M. Brammer, *The Helping Relationship: Process and Skills* (Englewood Cliffs, Nova Jérsei: Prentice-Hall, 1973).

5. Ver, por exemplo, R. E. Coleman, *O Plano Mestre de Evangelismo* (Editora Mundo Cristão); W. A. Henrichsen, *Disciples Are Made — Not Bom* (Wheaton, Illinois: Victor Books, 1974). Talvez o livro clássico neste campo seja o de A. B. Bruce, *The Training of the Twelve* (Grand Rapids: Kregel, 1971). Este livro foi publicado originalmente em 1871. Um livro mais recente, escrito por Carl Wilson da Associação Mundial do Discipulado, está atualmente sendo preparado. 6. Este fato é ilustrado em 1 Coríntios 3:4-10, onde Paulo reconhece que o discipulado pode envolver os esforços mútuos de certo número de crentes.

Capítulo 4

1. R. R. Carkhuff, "Differential Functioning of Lay and Professional Helpers", em *Journal of Counseling Psychology*, vol. 15, 1968, pág. 117-28.

2. *Ibid.*, pág. 117.

3. P. Morris *Love Therapy* (Wheaton, Illinois: Tyndale House, 1974), págs. 16-17.

4. Carkhuff, *op. cit.*, págs. 119-20.

5. Carkhuff, *op. cit.*, pág. 121. Ver também F. Reissman, "Strategies and Suggestions for Training Nonprofessionals," em *Community Mental Health Journal*, vol. 3, 1967, págs. 103-110; e P. W. Clement, "Parents, Peers and Child Patients Make the Best Therapists," Em Gertrude T. Williams e S. Gordon, eds., *Clinical Child Psychology: Current Practices and Future Perspectives* (Nova York: Behavioral Publications, 1974), págs. 81-97.

6. Ver, por exemplo, Reissman, *op. cit.*; R. R. Carkhuff, *Helping and Human Relations: A Primer for Lay and Professional People, Volume I, Selection and Training* (Nova York: Holt, Rinehart and Winston, 1969); S. J. Danish e Brock, "The Current Status of Training for Paraprofessionals", em *The Personnel and Guidance Journal*, vol. 53, 1974, págs. 299-303; S. J. Danish, *Helping Skills: A Basic Training Program* (Nova York: Behavioral Publications, 1973); G. Egan, *The Skilled Heiper: A Model for Systematic Helping and Interpersonal Relating* (Monterey, Califórnia: Brooks/Cole, 1975). J. M. Gottman e S. R. Leiblum, *How to Do*

Psychotherapy and How to Evaluate It: A Manual for Beginners (Nova York: Holt, Rinehart and Winston, 1974); A. E. Ivey, *Micro-counseling: Innovation in Interviewing Training* (Springfield, Illinois: C. C. Thomas, 1971); e N. Kagan, "Influencing Human Interaction — Eleven Years of 1PR" (manuscrito inédito, Universidade do Estado de Michigan, 1975).

7. G. Caplan, *Principies of Preventive Psychiatry* (Nova York: Basic Books, 1964), pág. 49.

8. S. M. Jourard, *The Transparent Self*, ed. revista (Nova York: Van Nostrand Reinhold, 1971), pág. 5.

9. S. J. Danish, "A Training Program in Helping Skills: An Examination of What, How and If It Works." Estudo apresentado nas reuniões da Associação Americana de Psicologia, Nova Orleans, Luisiana, 1974.

10. F. Reissman, "The 'Heiper' Therapy Principie," em *Social Work*, abril de 1965, págs. 27-31

Capítulo 5

1. E. H. Erikson, "Identity and the Life Cycle," em *Psychological Issues Monograph*, vol. 1 (Nova York: International Universities Press, 1959).

2. G. Caplan, *Principies of Preventive Psychiatry* (Nova York: Basic Books, 1964).

3. G. W. Brockopp, "Crisis Intervention Theory, Process and Practice," em D. Lester e G. W. Brockopp, *Crisis Intervention and Counseling by Telephone* (Springfield, Illinois: Charles C. Thomas, 1973), págs. 89-104; U. Delworth, E. H. Rudow, e J. Taub, *Crisis Center Hotline* (Springfield, Illinois: Charles C. Thomas, 1972).

4. Ibid., Delworth et ai., pág. 48.

5. T. F. McGee, "Some Basic Considerations in Crisis Intervention", em *Community Mental Health Journal*, vol. 4, 1968, pág. 323. Citado em D. K. Switzer, *The Minister as Crisis Counselor* (Nashville: Abingdon, 1974).

6. Brockopp, op. cit., pág. 94.

Capítulo 6

1. U. Delworth, E. Rudow, e J. Taub, ed., *-Crisis Center Hotline* (Springfield, Illinois: Charles C. Thomas/1972).

2. D. Lester e G. W. Brockopp, *Crisis Intervention and Counseling by Telephone* (Springfield, Illinois: Charles C. Thomas, 1973), pág. vii.

3. R. K. McGee e B. Jenings, "Ascending to the 'Lower' Levels: The Case for Nonprofessional Crisis Workers," em Lester e Brockopp, op. cit., págs. 223-237; D. A. Knickerbocker e R. K. McGee, "Clinical Effectiveness of Non Professional and Professional Telephone Workers in a Crisis Intervention Center," em Lester e Brockopp, op. cit., págs. 298-309.
4. S. M. Heilig, "Training in Suicide Prevention," em *Bulletin of Suicidology*, n.º 6, págs., 41-44, Primavera de 1970.
5. Muitas das conclusões nesta seção são adaptadas de um artigo por T. Williams e J. Douds, "The Unique Contribution of Telephone Therapy," em Lester e Brockopp, op. cit., págs. 80-89.
6. Ibid., pág. 85.
7. Ver G. W. Brockopp, "The Telephone Call: Conversation or Therapy," em Lester e Brockopp, op. cit., págs. 111-116.
8. C. W. Lamb, "Telephone Therapy: Some Common Errors and Falacies," em *Voices*, vol. 5, 1969-70, págs. 45-46.
9. P. Tournier, *Escape from Loneliness* (Filadélfia: Westminster, 1962).
10. L. Brammer e L. Shostrom, *Therapeutic Psychology* (Englewood Cliffs, Nova Jérsei: Prentice-Hall, 1968), pág. 435.
11. Cada um destes chamadores é discutido em detalhes em Lester e Brockopp, op. cit., Parte III.
12. Ibid., págs. 193-98.

Capítulo 7

1. *Prevention of Suicide*. Estudos de Saúde Pública, n.º 35 (Genebra: Organização Mundial da Saúde, 1968), pág. 9
2. *World Health Statistics Report*, vol. 21, n.º 6, 1968, págs. 392-94.
3. L. I. Dublin, "Suicide Prevention," em E. S. Shneidman, ed., *On the Nature of Suicide* (San Francisco: Jossey Bass, 1969).
4. Abimeleque (Juizes 9:53, 54), Sansão (Juizes 16:28-31), Saul (1 Samuel 31:1-6), o armoreiro de Saul (1 Crônicas 10:4, 5), Aitofel (2 Samuel 17:23), Zinri (1 Reis 16:18), e Judas Iscariotes (Mateus 27:3-5). Esta lista é tirada de D. Lumm, *Responding to Suicidal Crisis* (Grand Rapids: Eerdmans, 1974), pág. 29.
5. A obra destes autores está contida em certo número de livros e artigos. Ver, por exemplo, E. S. Shneidman e N. L. Faberow, ed., *Clues to Suicide* (Nova York: McGraw-Hill, 1957); N. L. Farberow e E. S. Shneidman, ed.,

The Cry for Help (Nova York: McGraw-Hill, 1961); e E. S. Shneidman, N. L. Farberow, e R. E. Litman, *The Psychology of Suicide* (Nova York: Science House, 1970). Boa parte do material neste capítulo é adaptada desta última obra.

6. N. L. Farberow, S. M. Heilig, e R. E. Litman, "Evaluation and Management of Suicidal Persons," em Shneidman, Farberow, e Litman, op. cit., págs. 273-91.

7. E. S. Shneidman, "Preventing Suicide," em *Bulletin of Suicidology*, dezembro de 1968, págs. 19-25.

8. E. Robins, J. Gassner, J. Kayes, R. H. Wilkinson, Jr., e G. E. Murphy, "The Communication of Suicide Intent: A Study of 134 Consecutive Cases of Successful (Completed) Suicides," em *American Journal of Psychiatry*, vol. 115, 1959, págs. 724-33.

9. Shneidman, op. cit., pág. 25.

10. C. J. Frederick e L. Lague, *Dealing with the Crisis of Suicide*. Panfleto de Negócios Públicos N.º 406A, Nova York, 1972.

11. John W. Drakeford, *Farewell to the Lonely Crowd* (Waco, Texas: Word, 1969).

12. O. H. Mower, *The Crisis in Psychiatry and Religion* (Nova York: Van Nostrand, 1961).

13. H. J. Clinebell, Jr., *Mental Health Through Christian Community* (Nova York: Abingdon, 1965), pág. 244. Copyright Abingdon Press. Citado com permissão.

Capítulo 8

1. G. Caplan, *Principles of Preventive Psychiatry*, (Nova York: Basic Books, 1964).

2. M. Zax e G. A. Specter, *An Introduction to Community Psychology* (Nova York: Wiley, 1974).

3. H. J. Clinebell, Jr., *Mental Health Through Christian Community* (Nashville: Abingdon Press, 1965); H. J. Clinebell, Jr., ed. *Community Health: The Role of Church and Temple* (Nashville: Abingdon Press, 1970).

4. *Community Mental Health*, op. cit., pág. 11.

Capítulo 9

1. M. T. Kelsey, *Healing and Christianity* (Nova York: Harper & Row, 1973), pág. 14.
2. J. A. Knight, "The Therapeutic Opportunity of the Clergyman and **the** Congregation," em H. J. Clinebell, Jr., ed., *Community Mental Health: The Role of Church and Temple* (Nashville: Abingdon Press, 1970), págs. 84-90.
3. J. S. Beckeven, *Moral Treatment in American Psychiatry* (Nova York: Springer, 1963).
4. M. Jones, *The Therapeutic Community* (Nova York: Basic Books, 1953).
5. Este parágrafo foi adaptado de R. N. Rapaport, *Community as Doctor: New Perspectives on a Therapeutic Community* (Londres: Tavistock Publications, 1960).
6. R. Almond, *The Healing Community* (Nova York: Jason Aronsen, 1974).
7. A discussão nesta seção foi adaptada, em grande medida, de John Mac-Arthur, Jr., *The Church: The Body of Christ* (Grand Rapids: Zondervan), 1973; e Ray C. Stedman, *Body Life* (Glendale, Califórnia: Regai, 1972).
8. J. W. Drane, "Fellowship: Our Humpty-Dumpty Approach," em *Christianity Today*, vol. 19, 9 de maio, 1975, págs. 6-8.
9. Stedman, op. cit., pág. 107.
10. G. W. Allport, *The Individual and His Religion* (Nova York: Macmillan, 1950), pág. 90.
11. Ibid., pág. 93.
12. R. Keyes, *We, The Lonely People* (Nova York: Harper & Row, 1973).
13. Keith Miller, *The Taste of New Wine* (Waco: Word, 1965), págs. 22, 27.
14. Ibid., págs. 27.
15. E. Trueblood, *The Incendiary Fellowship* (Nova York: Harper & Row, 1967), págs. 43-44.
16. H. Thielicke, *The Trouble with the Church* (Nova York: Harper & Row, 1965), pág. viii.
17. W. A. Clebsch e C. R. Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective* (Englewood Cliffs, N. J.: Prentice-Hall, 196-i).

Capítulo 10

1. A. Ellis e R. A. Harper, *A Guide to Rational Living* (Hollywood, Califórnia: Wilshire Book Company, 1970), págs. 5-6.
2. Estes passos foram adaptados de T. F. LaHaye, "How ío Walk in the Spirit," *Moody Monthly*, setembro de 1973, págs. 38-41, 86-88.
3. Este diagrama foi adaptado daquele que foi publicado por Anderson e Anderson, *The House Church* (Nashville: Abingdon, 1975), pág. 35.
4. Adaptado de J. A. Davey, "How to Discover Your Spiritual Gift", em *Christianity Today*, vol. 19, 9 de maio de 1975, págs. 9-11.
5. J. B. Phillips, *Your God Is Too Small* (Londres: Epworth Press, 1952).
6. S. M. Jourard, *The Transparent Self*, ed. revisada (Nova York: Van Nostrand Reinhold, 1971), pág. 6.
7. *Ibid.*, pág. 33.
8. Anderson e Anderson, op. cit., pág. 51.
9. R. Stedman, *Body Life* (Giendale, Califórnia: Regai Books, 1972), pág. 127.

Capítulo 11

1. Para uma discussão destas quatro funções ver W. A. Clebsch e C. R. Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective* (Englewood Cliffs, Nova Jérsei: Prentice-Hall, 1964).
2. S. Freud, *The future of an Illusion* (Garden City, Nova York: Double-day Anchor Books, 1927).
3. H. J. Eysenck, *The Effects of Psychotherapy* (Nova York: International Science Press, 1966).
4. Allen E. Bergin, "The Evaluation of Therapeutic Outcomes", em A. E. Bergin e S. L. Garfield, ed., *Handbook of Psychotherapy and Behaviour Change* (Nova York: Wiley, 1971) págs. 217-70.
5. R. R. Carkhuff, "Differential Functioning of Lay and Professional Helpers," em *Journal of Counseling Psychology*, vol. 15, 1968, págs. 117-26. Ver também R R. Carkhuff, *Helping and Human Relations: A 'Primer for Lay and Professional People* (Nova Y"ork: Holt, Rinehart and Winston, 1969).
6. Para uma vista geral excelente do movimento da CPE, ver E. E. Thornton, *Professional Education for Ministry: a History of Clinicaí Pastoral Education* (Nashville: Abingdon, 1970). Ver também a edição de março de 1975 de *The Journal of Pastoral Care*, que é uma edição inteira

comemorativa da fundação da CPE.

7. Albert Ellis, *Humanistic Psychotherapy: The Rational-Emotive Approach* (Nova York: Julian Press, 1973), págs. 70, 77.

8. Albert Ellis, "Rational-Emotive Therapy", em L. Hersher, *Four Psychotherapies* (Nova York: Appleton-Century-Crofts, 1970), págs. 85-124.

9. Para um resumo de abordagens atuais ao aconselhamento e à psicoterapia, ver C. H. Patterson, *Theories of Counseling and Psychotherapy*, 2.^a ed. (Nova York: Harper & Row, 1973); Raymond Corsini, ed., *Current Psychotherapies* (Itasca, Illinois: Peacock, 1973).

10. Ibid., Corsini, pág. 287.

11. Adaptado de John Drakefor, *The Awesome Power of the Listening Ear* (Waco, Texas: Word, 1967), pág. 30.

12. Jay Adams, "Conselheiro Capaz" (Editora Fiel, São Paulo, 1977), pág. 18.

13. Para mais detalhamento das suposições do conselheiro cristão, ver Gary R. Colins, *The Rebuilding of Psychology* (Wheaton: Tyndale House, no prelo).

14. Adams, op. cit., pág. 18.

15. Ibid.

16. Ibid., pág. 269. (?)

17. Ibid., págs. 111, 112, 176, 203. (?)

18. Ibid., pág. 93. (?)

19. Howard J. Clinebell, Jr., *Basic Types of Pastoral Counseling* (Nova York: Abingdon, 1966), págs. 29-30.

20. Por uma discussão mais detalhada da abordagem de Tournier ao aconselhamento, ver Gary R. Collins, *The Christian Psychology of Paul Tournier* (Grand Rapids: Baker, 1973), págs. 118-27.

21. O emprego dos termos "profético" e "sacerdotal" para descrever o aconselhamento é adaptado de um estudo inédito por Professor David E. Carlson, Trinity College, Deerfield, Illinois. O estudo: "Jesus' Style of Relating: The Search for a Biblical View of Counseling" foi lido diante da Conferência sobre a Pesquisa na Saúde Mental e no Comportamento Religioso, Atlanta, Geórgia, 26 de janeiro de 1976.

22. Tiago 3.1.